

Susanna Lehtonen

INNOSTU JA ONNISTU!

Sirkus yhtenä peruskoulun liikuntamuodoista

Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Huhtikuu 2019

TIIVISTELMÄ

Susanna Lehtonen: Innostu ja onnistu! Sirkus yhtenä peruskoulun liikuntamuodoista.

Pro gradu -tutkielma

Tampereen yliopisto

Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta, luokanopettajan koulutusohjelma

Huhtikuu 2019

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää luokanopettajaopiskelijoiden kokemuksia sirkusjaksosta. Sirkusjakson aikana opiskelijat tutustuivat sirkuksen tuomiin mahdollisuuksiin liikunnanopetuksessa: Millaisia keinoja ja välineitä se voi tarjota koululiikuntaan, ja mitä niistä ajateltiin.

Koululiikunnan rooli lapsen ja nuoren liikuntakasvatuksessa on suuri. Koulun ollessa suurin lasta liikuttava instituutio, on sen pystyttävä vastaamaan nuorisokulttuurin ja yhteiskunnan muutoksiin, ja omalta osaltaan kyttävä tarjoamaan mielekkäitä toimintatapoja edesauttamaan liikunnallisen elämäntavan syntymistä.

Tutkimuksen kohteena olivat Tampereen yliopiston liikuntaan erikoistuvat luokanopettajaopiskelijat. Tutkimuksessa selvitettiin heidän kokemuksiaan sirkusjaksosta, ja millaisia merkityksiä opiskelijat näille kokemuksille antoivat. Tutkimuskysymyksiä oli kaksi: 1) Millaisia opiskelijoiden kokemukset sirkusjaksosta olivat ja 2) Mitä merkityksiä tämä jakso toi opiskelijoille. Näiden kysymysten avulla pyrittiin selvittämään sirkuksen käytön mahdollisuuksia tulevaisuudessa osana koululiikuntaa.

Tutkimus toteutettiin keväällä 2018 neljän viikon sirkusjakson jälkeen haastatteleamalla 17: ää opiskelijaa sekä kolmea sirkusopettajaa. Jaksolle osallistuivat kaikki senhetkiset liikunnan erikoistumisopintoja suorittavat opiskelijat, joita oli yhteensä 40. Sirkusjakso koostui erilaisista nykysirkuksen liikunnallisista osioista, joita opiskelijat pääsivät kokeilemaan ja harjoittelemaan.

Haastattelut analysoitiin teemoittelemalla ne kolmeen osa-alueeseen: Merkityksellisyiden kokemuksiin, opettajaksi kasvamiseen ja opettajan persoonan vaikutukseen opetuksessa. Keskeisimpänä tuloksena havaittiin sirkuksen herättävän paljon positiivisia kokemuksia ja mielipiteitä. Lisäksi sirkuksen todettiin olevan erinomainen tapa saada aikaan pätevyyden ja onnistumisen kokemuksia sekä tasoittavan taidoiltaan eritasoisia oppilaita. Monipuolisuutensa ansiosta sirkusjakson koettiin edistävän sekä kasvatuksellisia, kehollisia että yhteistoiminnallisia аспекteja. Sirkusopettajia pidettiin pedagogisesti taitavina, ja heidän opetustapansa koettiin turvallisiksi, mielekkäiksi ja laadukkaiksi. Opetusmateriaalia pidettiin sinänsä käyttökelpoisena.

Liikunnan opetussuunnitelman perusteissa (POPS 2014) mainitaan liikunnan opetuksen tehtävänä olevan mm. ylläpitää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon, saada liikuntatunneista positiivisia kokemuksia, jotka tukevat liikunnallisen elämäntavan syntymistä ja edistää yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja yhteisöllisyyttä. Sirkusjaksolla saatua opetusta kuvailtiin sellaiseksi, että se toiminnallaan vastasi useisiin opetussuunnitelmassa mainittuihin tavoitteisiin. Tämän tutkimuksen havaittiin toimivan myös opettajankoulutuksen kehittämistä koskevana puheenvuorona. Sirkusjakson merkityksellisyys näyttäytyi myös siinä, kuinka tarpeellisenä jakso koettiin osana luokanopettajakoulutusta.

Päätelmänä tehdyistä haastatteluista voitiin todeta sirkusjakson olleen hyödyllinen ja onnistunut. Sirkuksen avulla on mahdollista tuoda koulujen liikunnanopetukseen jotain uutta ja kilpailukykyistä tekemistä.

Avainsanat: liikunta, koululiikunta, sirkus, nykysirkus, luokanopettaja, liikunnanopetus

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	4
2	LIIKUNNAN OPPIAINE JA LIIKUNNAN OPETTAMINEN	9
2.1	LIIKUNNAN OPPIAINE JA LIIKUNTAKASVATUS	10
2.2	LIIKUNNAN OPETTAMINEN.....	12
2.3	FYYSINEN, PSYKKINEN JA SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY	15
2.4	KOULULIIKUNNAN YHTEYS MYÖHEMPÄÄN ELÄMÄÄN.....	16
2.5	LIIKUNNANOPETUKSEN KEHITTÄMISHAASTEET MUUTTUVASSA YHTEISKUNNASSA	18
3	SIRKUS TAITEEN LAJINA JA LIIKUNTAMUOTONA	21
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	26
4.1	AINEISTON KERÄÄMINEN	27
4.2	HAASTATELTAVIEN VALINTA.....	31
4.3	TUTKIMUSKYSYMYKSET	33
4.4	TEEMAHAASTATTELU TUTKIMUSHAASTATELUN MUOTONA	34
4.5	KOKEMUKSEN TUTKIMINEN JA MERKITYSTEN ANTO	35
5	TUTKIMUSTULOKSET	36
5.1	MERKITYKSELLISYYDEN KOKEMUKSET OPPIMISESSA.....	37
5.2	OPISKELIJAN PEDAGOGINEN AJATTELU JA OPETTAJAKSI KASVAMINEN.....	44
5.3	OPETTAJAN PERSONAN VAIKUTUS OPETUKSEEN	53
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	55
7	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS.....	62
8	LÄHTEET	65

1 JOHDANTO

” Education is not filling a bucket but lighting a fire.” –William Butler Yates

Tutkimukseni käsittelee koululiikuntaa sekä sitä, kuinka koulujen liikunnantunteja on mahdollista elävöittää esimerkiksi sirkuksen keinoin. Tutkimuksessa selvitetään luokanopettajaopiskelijoiden kokemuksia ja mielipiteitä opettajankoulutukseen liittyvästä sirkusjaksosta. Liikuntatuntien monipuolistaminen, eriyttäminen ja elävöittäminen on liikuntaa opettavien opettajien työtä. Mitä paremmin näissä tehtävissä onnistuu, sitä suurempi todennäköisyys oppilaalla on tallettaa mieleensä muistot liikunnasta positiivisena kouluaineena, jossa sai onnistumisen kokemuksia, mikä osaltaan vaikuttaa myönteisesti loppuelämän liikunnallisiin tapoihin ja tottumuksiin.

Koululiikunta ja liikunnanopetus ovat muuttunut Suomessa viime vuosina ja vuosikymmeninä. Vielä 1980-luvulla, jolloin tutkija itse kulutti liikunnantunteja peruskoulussa, opettajajohtoisuus, urheilullisuus ja suorituskeskeisyys olivat keskiössä. Nyt tavoitteet ovat toisenlaiset, ja kasvatus itsessäänkin on tavoite. Yhtenä suurimpana tavoitteena on saada oppilaat motivoitumaan sisäisesti, jolloin liikkumisesta tulee omaehtoista, jolloin liikkuminen tapahtuu omasta halusta. Sisäisen motivaation kasvamiseen puolestaan vaikuttavat opetussuunnitelmaan perusteisiin kirjatut tavoitteet.

Uusimmat perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet vuodelta 2014 (myöhemmin POPS 2014) painottavat liikunnan osalta kokonaisvaltaista hyvinvointia, myönteistä suhtautumista omaan kehoon ja yhdessä tekemistä. Erilaisten positiivisten kokemusten toivotaan tähtäävän myöhempään liikunnallisen elämäntavan saavuttamiseen. Myönteinen minäkäsitys, ilo, ilmaisu ja osallisuus kuuluvat liikunnan avulla kasvamiseen. Kouluilla ja opettajilla on haastava tehtävä tässä asiassa: Miten rohkaista, kannustaa ja ohjata oppilaita sellaiseen koululiikuntaan, joka täyttäisi näitä tavoitteita? Miten saada oppilaat

viihtymään liikunnantunneilla? Koulujen liikuntatuntien sisältöjen olisi vastattava nykyiseen nuorisokulttuuriin, ja tarjottava sellaisia välineitä ja käytäntöjä, joilla edellä mainittuja tavoitteita olisi mahdollisuus saavuttaa.

Uusi opetussuunnitelma vaatii koulujen liikunnanopettajilta uusia lähestymistapoja liikunnan opetukseen. Koska opetussuunnitelma on niin uusi, ei tästä aiheesta ole vielä paljoa tutkimustietoa. Tämä tutkielma vastaa osaltaan ajankohtaiseen tiedontarpeeseen. Koulujen ja sen myötä oppilaiden liikuntakulttuurin muutos syntyy tiedostamalla muutoksen tarve ja työskentelemällä sen eteen. Valtakunnallinen LIITU-tutkimus (Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa 2018) osoitti tutkimustuloksillaan, että koululaisten ruutuaika on lisääntynyt, ja vastaavasti liikunnan avulla saavutetut merkitykset ja arvostukset, kuten esimerkiksi hyvä ulkonäkö, virkistytminen ja rentoutuminen, ovat laskeneet.

Liikuntaa ei koeta enää yhtä merkityksellisinä kuin ennen. Lapset ja nuoret ovat yhä enemmän digitaalisen maailman pyörteessä, ja erilaiset digitaaliset viihdepalvelut tarjoavat houkuttelevaa vaihtoehtoista sisältöä vapaa-aikaan. LIITU-tutkimuksen mukaan vain noin 5% lapsista ja nuorista pysyi ruutuaikasuosituksessa, joka on maksimissaan kaksi tuntia päivässä. On yhä vaikeampaa kilpailla näiden palvelujen kanssa lasten ja nuorten vapaa-ajasta. Merkitysten löytäminen liikunnasta on tärkeää liikuntasuhteen luomisessa. Mitä enemmän merkityksellisiä asioita löytää, sitä vahvempi ja kestävämpi yksilön liikuntasuhteesta muodostuu. Huolestuttavin tulos tässä tutkimuksessa oli yleinen laskeva trendi kaikilla merkityksen osa-alueilla. (Kokko ym. 2018.)

LIITU-tutkimuksen mukaan 9–15-vuotiaista lapsista ja nuorista 37 % liikkui suositusten mukaan, eli vähintään tunnin päivässä. Kansallisen liikuntasuosituksen mukaan 7–18-vuotiaiden lasten tulisi liikkua 1–2 tuntia päivittäin monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla. Omaehtoinen liikunta vähenee iän myötä, sillä 9-vuotiaista lähes puolet liikkui omaehtoisesti lähes päivittäin, kun 15-vuotiaiden vastaava osuus oli enää kymmenen prosenttia. Liikunta-aktiivisuus on myös yhteydessä muuhun koulumenestykseen. Vähiten liikkuvat nuoret saivat heikompia arvosanoja äidinkielestä ja matematiikasta kuin enemmän liikkuvat. (Kokko ym. 2018.)

Myös muissa kotimaisissa ja ulkomaisissa tutkimuksissa on päädytty samansuuntaisiin tuloksiin: Lasten ja nuorten liikuntamotivaatio on laskenut,

motoriset perustaidot ovat monin paikoin heikkoja ja ylipäättään koululaisten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt (Vanttaja ym. 2017, Koski 2014).

Avainasemassa liikunnallisen elämäntavan syntymiseen on viihtyminen liikunnantunneilla. Viihtyminen rakentuu innostuneisuudesta ja pätevyydestä. (Huhtiniemi ym. 2018, 239–240). Viihtyvyyteen oppitunneilla puolestaan vaikuttaa se, että oppilaita kuunnellaan, että he kokevat tasa-arvoisuutta ja pääsevät näyttämään omaa osaamistaan. Viihtymisellä on myös olennainen merkitys siihen, kuinka pysyvä hyvästä liikuntasuhteesta tulee. (Kujala 2013, 46–47.) Myös eriyttämällä tehtäviä ja tavoitteita luodaan oppilaille onnistumisen kokemuksia. Opettajan pedagogiset ratkaisut vaikuttavat siihen millaisia liikuntatunteja pidetään (Lyyra ym. 2018). Eri taitotasojen huomiointi, harjoitteiden sovellettavuus sekä yksilöllinen vuorovaikutus opettajan ja oppilaan välillä kuuluvat tämän päivän liikuntatunteihin. Myönteinen ja kannustava palaute sekä oppilaiden aktivoiminen auttavat rakentamaan onnistuneita liikunnantunteja. Tärkeimmiksi liikunnanopettajan ominaisuuksiksi nousi LIITU-tutkimuksessa oikeudenmukaisuus ja kannustavuus (Lyyra ym. 2018).

Koululiikunta vaikuttaa liikunnallisen elämäntavan syntyyn (Laakso ym. 2007, 42; Lintunen 2007, 154, Vanttaja ym. 2017). Jotta terveys ja työkyky seurasivat ihmisen elämää, on koululiikunnalla merkittävä rooli liikunnallisen elämäntavan saavuttamisessa (Vanttaja 2017, 9). Monet lapset eivät harrasta liikuntaa missään muualla kuin koulun liikuntatunneilla, joten erityisesti heitä silmällä pitäen liikuntatuntien tulisi edesauttaa myönteistä suhtautumista liikuntaa kohtaan. Vähän liikkuvien nuorten tutkimuksessa selvisi, että koulun liikunnanopetuksessa kannattaa kiinnittää huomiota erityisesti siihen, miten tälle kohderyhmälle saataisiin synnytettyä myönteisempi käsitys liikunnasta (Vanttaja ym. 2017, 56). Kokemukset liikunnantunneista koulussa siirtyvät oppilaan myöhempään elämään luoden positiivisia tai negatiivisia vaikutuksia. Aikuisiän liikunta-aktiivisuutta ennustaa myös lapsena koettu liikunnallinen pätevyys, eli kuinka hyväksi lapsi kokee omat liikuntasuorituksensa (Laakso ym. 2007, 58). Hauskuus ja yhdessä tekeminen taas ovat LIITU-tutkimuksen mukaan koululiikunnan merkityksellisiä osa-alueita. Myös hyvä ilmapiiri ja sosioemotionaaliset taidot koettiin tärkeiksi. (Lyyra ym. 2018, 92.)

Näin ollen koululiikunnan on tarpeellista kehittyä. Sen tulisi pystyä tarjoamaan uusia ja mielenkiintoisia lajeja lasten ja nuorten elämään, ja pystyä

siten tuottamaan sellaisia onnistumisen, elämyksellisyyden ja merkityksen kokemuksia, joilla on positiivisia vaikutuksia myöhempään elämään. Tämän tutkimuksen yksi tarkoitus on tuoda jotakin uutta pohdittavaa koululiikunnan kehittämistä koskevaan keskusteluun.

Nuorisokulttuurista löytyy elementtejä ja lajeja, joita on mahdollisuus tuoda koulujen liikuntatunneille, kuten esimerkiksi parkour, scoottaus (tempupotkulautailu) tai sirkus (Ojala & Itkonen 2014). Sirkus on yksi hyvä esimerkki uudistuksesta, elämyksellisyydestä ja uskalluksesta opettaa liikunnantunnilla jotain erilaista. Myös opettajankoulutus pyrkii omalta osaltaan vastaamaan näihin tarpeisiin mm. tuomalla opettajaopiskelijoiden tietoon uusia ja kilpailukykyisiä liikuntamuotoja. Lasten ja nuorten tarpeita on kuunneltava, ja jokaisen liikunnan parissa työskentelevän aikuisen on tarjottava heille mahdollisuuksia erilaisten liikuntalajien ja -muotojen kokeilemiseen (LIITU-tutkimus, Johtopäätökset ja toimenpidesuosituksset, 145).

Sirkuksen harrastajia on Suomessa jo lähes 10 000, ja harrastajamäärät kasvavat joka vuosi. Suomen nuorisosirkusliitolla on 44 paikallista jäsenyhteisöä. Nuorisosirkustoiminta on täällä korkeatasoista, ja sirkusopettajia ja -ohjaajia koulutetaan jatkuvasti. (Sirkuspyramidi 3/2018.)

Sirkustaide itsessään on monipuolinen kokonaisuus, jossa yhdistyy taiteellisuus, fyysisuus ja sosiaalisuus. Sirkustaiteen perusopetuksessa on nähtävissä liikunta- ja taidekasvatusta, yhteisöllisyyttä, sosiaalista ja henkistä kehitystä sekä taiteidenvälisyyttä. Nykysirkukseen liittyy monipuolisia kehollisia harjoitteita sekä yhteisöllisyyteen ja ryhmässä toimimiseen tähtääviä toimintamalleja. Niin kuin liikuntakasvatuksessa sanotaan, että tarkoitus on ”kasvattaa liikuntaan ja liikunnan avulla”, on sirkuksessa tarkoitus ”kasvattaa sirkustaiteeseen ja sirkustaiteen avulla”. Kasvatuksellisista päämääristä on helppo löytää yhtymäkohtia. Kummassakin tavoitteet ovat moninaiset, ja tähtäävät elämänmittaisiin tuloksiin liittyen itsetuntoon, yhteistyöhön, terveisiin elämäntapoihin, syrjäytymisen ehkäisemiseen, osallisuuteen ja osallistamiseen, hyväksyntään, myönteiseen minäkuvaan ja onnistumisen kokemuksista kumpuavaan oppimisen iloon. Sirkusharrastus nykyisellään on fyysistä ja kehollista: Se pitää sisällään fyysistä taitavuutta vaativia lajeja, leikkisyyttä, akrobatiaa, riskinottoa, luovuutta ja ryhmässä toimimista (Hyttinen 2011).

Tämän tutkimuksen sanomana ei ole yrittää korvata liikunnan opetusta sirkuksella, vaan pikemminkin tuoda tietoisuuteen nykysirkuksen mahdollisuuksia ja toimintatapoja. Tarkoitus on tuoda esiin uutta tietoa sirkuksesta koululiikunnan välineenä, sekä antaa lukijoilleen uusia ajatuksia siitä, mikä voi yhdistää sirkusta ja koululiikuntaa, ja millä tavoin niitä voi yhdistää. Tutkimukseni avulla selvitetään myös, voiko sirkus olla yksi käyttökelpoinen ratkaisu tuoda koulun liikuntatunteihin jotakin liikuntamotivaatiota ja viihtymistä lisääviä elementtejä.

Tutkin kokemuksia ja mielipiteitä, joita tähän sirkusjaksoon osallistuneille henkilöille syntyi. Tämä tutkimus voi auttaa näkemään koulun liikuntatunteja uudella tavalla. Tutkimustulokset ovat suuntaa-antavia, ja kertomukset kokemuksista antavat viitteitä siitä, mitä sirkuksen avulla on mahdollista saavuttaa, ja kuinka sirkus voi olla mukana rakentamassa lapsille ja nuorille hyvää ja liikunnallista elämää. Ja ennen kaikkea, voiko sirkus auttaa viihtymään liikunnantunneilla paremmin?

2 LIIKUNNAN OPPIAINE JA LIIKUNNAN OPETTAMINEN

”Jos aikoo opettaa Jussille latinaa, on osattava latinaa ja tunnettava Jussi.”
Vanha suomalainen sananlasku (Vilpa, E. 1993).

Tarkastelen tässä luvussa liikuntaa opetettavana aineena sekä liikunnan opettamista. Tarkoituksenani on selvittää mistä osa-alueista liikunnan oppiaine ja koululiikunta koostuvat, sekä mitä merkityksiä näillä osa-alueilla on siinä, millainen liikuntasuhde ihmiselle syntyy. Tässä tutkimuksessa tukeudun seuraaviin käsitteisiin ja niiden merkityksiin.

Liikuntaan **oppiaineena** sisältyy kasvatuksellisia, liikunnallisia, fysiologisia, sosiaalisia ja psykologisia elementtejä, joihin liittyy yhteiskunnan tasolla myös liikuntakulttuurin käsite.

Liikunnan opettaminen pitää sisällään alalle kouluttautumiseen vaadittavia tietoja ja taitoja. Näitä ovat mm. lajitaidot, pedagogiikka ja didaktiikka sekä ihmissuhde- ja vuorovaikutustaidot.

Liikuntakasvatuksella tarkoitetaan tässä tutkimuksessa suunnitelmallista toimintaa, jolla pyritään tukemaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä ja hyvinvointia.

Koululiikunnalla tarkoitetaan opettajien suunnittelemaa ja ohjaamaa liikuntaa koulun liikuntatunneilla, ja se perustuu opetussuunnitelmaan (Sääkslahti ym. 2012, 5).

Liikunta voidaan ymmärtää myös kulttuurisesti rakentuvaksi maailmaksi, johon meillä kaikilla on omanlainen suhteemme. Tämän liikuntasuhteen kautta yksilö kohtaa liikunnan sosiaalisen maailman. (Koski 2013.)

Liikunnan oppiainetta sekä liikunnanopetuksen tavoitteita on määritelty laajasti uusimmissa perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (myöhemmin POPS 2014), ja yksi tärkeimmistä tavoitteista peruskoulussa on liikunnallisen elämäntavan synnyttäminen oppilaalle:

”Oppiaineen tehtävä: Liikunnan opetuksen tehtävänä on vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Oppiaineessa tärkeitä ovat yksittäisiin liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen. Oppitunneilla korostuvat kehoallisuus, fyysinen aktiivisuus ja yhdessä tekeminen. Liikunnan avulla edistetään yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa ja yhteisöllisyyttä sekä tuetaan kulttuurista moninaisuutta.” (POPS 2014, 273.)

2.1 Liikunnan oppiaine ja liikuntakasvatus

Liikunta on kasvatuksen väline. Sillä pyritään kehittämään yksilöä kokonaisvaltaisesti. Peruskoulun opetussuunnitelmakomitea totesi vuoden 1970 mietinnössään seuraavaa:

”Erityisesti liikuntakasvatuksessa, käsityössä sekä taideaineissa voidaan kehittää lapsen koko persoonallisuutta, silloin kun niiden harjoittamisessa virittyvät kaikki sen aspektit: fyysinen, motorinen, emotionaalinen, älyllinen ja sosiaalinen. Silloin lähennetään luontoperäisen, aktiivisen ja monipuolisen valmentautumisen muotoa, leikkiä.” (Jääskeläinen ym. 1985, 28.)

Mietinnössä mainittu leikki liittyy kiinteästi tähän tutkimukseen, jossa pyritään selvittämään, miten sirkuksen keinoin voitaisiin lisätä viihtymistä liikunnantunneilla. Liikunnan myönteiset vaikutukset lasten ja nuorten elämään ovat kiistattomat, ja liikkumisen ja liikkumattomuuden syyt ovat moninaiset. Vanttajan, Tähtisen, Zacheuksen ja Kosken (2017) mukaan liikuntaa voi olla vaikea herättää lapsissa ja nuorissa, mikäli liikunnasta tehdään jonkinlainen kansalaisvelvollisuus. Liiallinen liikunnan ylistäminen voi pahimmassa tapauksessa johtaa vähemmän liikkuvien syyllistämiseen. Paras lähtökohta onkin lähestyä liikuntaa ilon, elämysten ja sosiaalisuuden kautta.

Liikuntapedagogiikassa puhutaan kasvatuksesta liikuntaan ja liikkumiseen sekä kasvatuksesta liikunnan avulla. Kasvatuksella liikuntaan ja liikkumiseen tarkoitetaan fyysistä aktiivisuutta, motoristen taitojen opettelua ja erilaisten fyysisten ominaisuuksien harjoittelua. Liikunnan avulla kasvattaminen puolestaan pitää sisällään mm. vuorovaikutustaitoja, vastuullisuutta, itsensä kehittämistä, tunteiden tunnistamista ja säätelyä sekä myönteisen minäkuvan kehittymistä (POPS 2014).

Vuoden 2014 perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet ovat merkittävä tekijä määriteltäessä peruskoulun liikunnanopetuksen arvoja ja sisältöjä. Pätevyyden kokemukset, kannustava, rohkaiseva ja hyväksyvä ilmapiiri ovat edellytyksiä hyvään liikunnanopetukseen. Fyysinen toimintakyky ja erilaisten taitojen oppiminen ovat kiinteästi yhteydessä psyykkisiin ja sosiaalisiin kokemuksiin. Jo ensimmäiseltä luokalta lähtien tavoitteissa ja sisällöissä mainitaan useasti hyvinvoinnin lisääminen ja positiiviset kokemukset liikuntatunneista ja omasta kehosta (POPS 2014).

Liikunnan asema elämässä eli yksilön liikuntasuhde syntyy ja kehittyy monien tekijöiden summana. Pyrkimys olisi saada liikuntasuhteesta niin tärkeä elementti yksilön arkeen, että se näkyy päivittäisissä valinnoissa. Se työ, jota tämän päämäärän eteen tehdään koulujen liikuntatunnilla, on yksi liikuntakasvatuksen tavoitteista. (Koski 2013.)

Monilla vähän liikkuvilla nuorilla on ollut epämiellyttäviä tai negatiivisia kokemuksia koululiikunnasta. Kahtiajako hyviin ja huonoihin oppilaisiin on tutkimuksen mukaan ollut yleistä. Koululiikunnan tavoitteena on saada kaikki lapset ja nuoret arvostamaan liikunnallista elämäntapaa. (Walseth ym. 2018.) Myös itse keho ja murrosiän tuomat muutokset ovat nähtävillä liikuntatunneilla, ja ovat tahattomastikin arvioitavissa ja tarkasteltavissa (Vanttaja ym. 2017, 93). Murrosiässä tapahtuvat muutokset saattavat hämmentää nuorta. Erityisesti ikätovereita selvästi varhaisempi tai myöhäisempi kehitys saattaa aiheuttaa nuorelle psyykkisiä tai sosiaalisia haasteita (Terve koululainen -hanke).

Terveystavoittelu ja sen edistäminen on myös kuulunut kiinteästi liikunnan opetukseen. Niiden yhteys on ilmeinen, mutta koululiikunta on muutakin kuin terveystoimintaa. Terveystavoittelu voidaan saavuttaa myös sivutuotteena: Jos liikunnan opetuksessa painotetaan riittävyttä, kelpaamisen tunnetta ja otetaan huomioon kaikkien oppilaiden erilaisuus, on mahdollista saavuttaa kokonaisvaltaisesti hyvinvoiva lapsi tai nuori. (Kujala ym. 2012.)

Koululiikunta joko ehkäisee tai tyydyttää kolmea psykologista perustarvetta: pätevyyttä, autonomiaa ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tarvetta. Viihtyvyyttä koulun liikuntatunneilla on riippuvaista näiden perustarpeiden tyydyttymisestä. (Kujala 2013, 46–47.) Pätevyydellä liikunnassa tarkoitetaan oppilaan kokemusta siitä, millaiset edellytykset hänellä on onnistua liikkumista vaativissa tehtävissä; hänen pärjäämistään sopivan haastavissa tehtävissä (Polet ym. 2018).

Autonomialla tarkoitetaan oppilaan tunnetta siitä, että hän voi itse vaikuttaa ja päättää omaan suoritukseensa liittyviä asioita. Sosiaalisella yhteenkuuluvuudella tarkoitetaan tunnetta, joka oppilaalla on siitä, että hän on osa itselleen tärkeää ryhmää ja itselle tärkeitä ihmisiä. (Huhtiniemi ym. 2019, 239–240.)

Sisäinen motivaatio syntyy näiden perustarpeiden kokemisesta, ja vaikuttaa liikunnantunneilla suoritusten laatuun, intensiteettiin, pitkäjänteisyyteen ja tehtävien valintaan. Sisäistä motivaatiota ohjaavat positiiviset pätevyyden kokemukset sekä lähiympäristön sosiaalinen tuki ovat liikunta-aktiivisuuden merkittäviä osatekijöitä (Salmela 2006, 64–65). Näin ollen motivaation syntyminen ja ylläpitäminen ovat tärkeässä roolissa koulun liikuntatunneilla, koska ne vaikuttavat kaikkeen tekemiseen. (Liukkonen, Jaakkola & Soini 2007, 157.)

Liikkuva koulu –ohjelma on valtakunnallinen ohjelma, joka pyrkii lisäämään liikunnan määrää kaikkiiin kouluihin sekä edistämään myönteistä suhtautumista liikuntaa kohtaan. Ohjelman avulla pyritään lisäämään liikkumista koulupäivään ja sen yhteyteen erilaisin toiminnallisoin keinoin. Liikkuva koulu –ohjelman avulla koulupäivistä pyritään saamaan aktiivisempia ja viihtyisämpiä, ja sitä kautta vaikuttaa työrauhaan, oppimiseen, sosiaalisiin taitoihin ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Tammelin ym. 2013.)

2.2 Liikunnan opettaminen

Liikunta on fyysistä ja siinä ollaan kokoaikaisesti esillä. Liikunnan tunnilla tekeminen on näkyvää toisella tavalla kuin esimerkiksi matematiikan tunneilla: Onnistuminen ja epäonnistuminen ovat useimmiten muiden nähtävissä, vaikka opettaja kiinnittäisikin erityistä huomiota näkyvillä ja esillä olon häivyttämiseen. Liikunnantuntien työtapojen tulisi olla sellaisia, ettei kukaan joutuisi tahtomattaan muiden katseiden kohteeksi, niin sanotusti silmätikuksi (Kujala & Rantavuori 2018).

Varsinkin nuoruudessa kehoon kohdistuvat kommentit voivat olla haitallisia, ja niiden vaikutukset kauaskantoisia. Telama ja Kahila painottavat koululiikunnan merkitystä yksilön persoonallisuuden kehityksen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. He näkevät tämän kaksijakoisena: Liikunta on muita oppiaineita julkisempaa, ja oppilaan suoritus on kaikkien muiden nähtävissä ja arvioitavissa.

Hyvälle suoritukselle tulee myönteistä julkisuutta, kun taas huono suoritus rasittaa suorittajan minäkuvaa. Opetuksen sosiaalisemotionaalisella ilmapiirillä on julkisuuden kannalta suuri merkitys. Hyvällä liikuntatunnilla voidaan siis tukea yksilön persoonallisuuden kehitystä ja lisätä henkistä hyvinvointia, kun taas vastaavasti huonosti hoidetulla tunnilla vaikutus on päinvastainen. (Telama & Kahila 1994, 152.)

Liikunnan opettaja on oppilaalle hyvinvointi- ja ihmissuhdeosaaja, jonka pitää osata käyttää monipuolisesti erilaisia opetusmenetelmiä. Opettaja voi eriyttämisen ja kannustavan palautteen avulla vahvistaa oppilaiden omia uskomuksia liikunnallisista kyvyistään (Kokkonen ym. 2013). On myös tutkittu, että opettajan asenteella oppilasta kohtaan on suurempi merkitys oppimisen kannalta kuin tietomäärällä (Mäki-Havulinna 2018). Opettaja on linkki opetussuunnitelman ja oppilaan välillä: Sisällöt ja tavoitteet olisi tuotava esille liikunnantunneilla oppilaalle mielekkäällä tavalla (Lyyra ym. 2018, 89). Näin ollen opettajan myönteinen ja rohkaiseva asenne, sosiaalinen tuki ja kehittyneet vuorovaikutustaidot ovat olennaisessa osassa hyvillä liikunnan tunneilla.

Alakoulussa, jossa luokanopettaja opettaa myös liikuntaa, on opettajan vastuulla suurten ja heterogeenisten ryhmien opettaminen. Tällaisissa ryhmissä vastassa ovat erilaiset taustat, taitotasot ja lähtökohdat. Opettajan on tiedostettava millä kehitystasolla oppilaat ovat, sekä tunnistaa heidän erilaiset tarpeensa. Oppilaantuntemuksen taito pitää sisällään myös kykyä kehittää heidän yksilöllisiä taipumuksiaan. Tämä on tärkeää, jotta opettaja voi tarjota oppilaille sopivan haastavia tehtäviä. (Kroksfors 1993.) Liikuntatuntien tärkeimpänä tehtävänä onkin luoda tilanteita, joissa lapsi voi kokea pätevyyden tunnetta onnistumistensa kautta. Liikuntatunti on saavuttanut tavoitteensa erityisesti silloin, kun positiiviset kokemukset heijastuvat myös muuhun oppimiseen. Jos liikuntatunnin olosuhteet ja ilmapiiri ovat hyvät, opetus monipuolista, opettaja kannustava, on todennäköistä, että liikunnasta jää oppilaalle mukavia kokemuksia (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011, 79–81).

Positiivisten tunteiden aikaansaaminen liikuntatunneilla oppilaassa, jolla on heikko itsetunto ja negatiivisia kokemuksia, ei ole helppo tehtävä. Sekä hienotunteisuus että kyky havaita tilanteet, joissa oppilas tuntee häpeää tai pelkoa, ovat avainasemassa positiivisten emotionaalisten kokemusten luomisessa. Vaikka koululiikunta koetaan enimmäkseen positiiviseksi

kouluaineeksi, löytyy myös paljon oppilaita, jotka välttelevät liikunnan tunteja. Syyt tähän ovat moninaiset, ja ne liittyvät useimmiten kasvojen säilyttämiseen. Muita syitä ovat heikko itsetunto, epävarmuus, nolatuksi tai kiusatuksi tulemisen pelko, oman huonon kunnon ilmitulo, puutteelliset taidot tai huono suhde omaan itseensä ja omaan kehoonsa. Muita syitä vältellä liikunnan tunneille osallistumista ovat myös motivaation puute tai kokemus siitä, että oma keho on avoimesti ”käytettävissä” ja arvioitavissa. Kuormittavuutta lisäävät myös kilpailutilanne, fyysinen kontakti toiseen, taitotason paljastuminen, mittaaminen sekä puutteellinen ohjeistaminen (pelko siitä, että ei ymmärrä ja muut ymmärtävät). Liikunnan opettajalta toivotaan hienovaraista ymmärrystä oppilasta kohtaan erilaisten syiden, pelkojen ja motivaatioiden edessä. (Lyngstad ym. 2016.)

Nykyisessä opetussuunnitelmassa ei korosteta kilpailullisuutta, mutta liikunnan opettamiseen valikoituneet usein urheilulliset opettajat saattavat siirtää kilpaurheiluun liittyviä opetusmuotoja liikunnan tunteihin sitä itsekään huomaamatta. Liikunnan tunneilla osaamattomuus on usein häpeällistä. Jos liikunnan opettajat korostavat harjoittelun ja kehittymisen sijaan osaamista, on selvää, että heikommat jäävät syrjään ja huomiotta. (Vanttaja ym. 2017, 111.)

Opettajan rooli tunneilla on keskeinen. Tavat opettaa ja huomioida yksilöt ovat keskeisessä asemassa oppilaan tunne- ja kokemusmaailman syntymisessä. Opettajan olisi kyettävä omalla toiminnallaan tukemaan ja vahvistamaan oppilaan identiteetin kehitystä ja liikunnallisen elämäntavan syntymistä. Liikunnanopettajalla on mahdollisuus motivoida oppilaita liikkumaan ja vaikuttaa positiivisesti lapsen liikuntamotivaatioon (van Aart ym. 2015). Opettajan toimilla ja valinnoilla on erityisesti merkitystä alakoulussa. Erilaiset häiriökäyttäytymisen muodot, luonteenpiirteet sekä oppilaiden erilaiset liikuntakulttuuriset taustat saattavat muodostaa liikunnantunneista yllättävän monitahoisia ja kompleksisia. (Hakala 1999, 96–99.)

Timo Jaakkola (2002) osoitti tutkimuksellaan, että liikunnanopettajan on mahdollista nostaa oppilaiden motivaatiota painottamalla opetuksessaan tehtäväsuuntautuneisuutta. Tehtäväsuuntautunut oppilas on kiinnostunut itse tehtävästä, kun taas minäsuuntautunut oppilas on kiinnostunut siitä, onko hän parempi kuin muut.

Jotta oppilaat viihtyisivät liikunnantunneilla, on opettajien kyettävä luomaan tunneille ilmapiiri, joka tukee psykologisten perustarpeiden tyydyttymistä. Näitä

ovat autonomia, koettu pätevyys ja sosiaalinen yhteenkuuluvuuden tunne. (Domville ym. 2019.) Opettajan kannustaminen ja rohkaisu auttavat oppilaita näkemään itsensä potentiaalisina onnistujina. Kannustamisella vaikutetaan myös siihen, kuinka oppilas oppii itse kannustamaan muita, ja kuinka kannustamista otetaan itse vastaan. Tämä on taito, jota tarvitsee niin opettaja kuin oppilas. (Gallahue 1996, 95.)

2.3 Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky

Jokainen lapsi tarvitsee liikuntaa kasvun ja kehityksen tueksi. Liikuntakasvatuksen tarkoituksena on tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Tässä yhteydessä eri osa-alueita ovat fyysinen kehitys, kognitiivisten taitojen kehitys, sosioemotionaalinen kehitys, moraalis-eettinen kehitys sekä hyvinvointi ja terveys.

Fyysisen kehityksen edellytyksenä on riittävä määrä liikuntaa, jolloin lihakset, jänteet, luusto sekä hengitys- ja verenkiertoelimistö kehittyvät ja vahvistuvat. Koulutyöhön kuuluu paljon paikallaan istumista, joka kerää kehoon staattista lihasjännitystä. Siksi pitkiä yhtämittaisia istumisjaksoja tulee välttää. Nykyinen opettajankoulutus on osoittanut, että opetus onkin muidenkin kuin liikuntatuntien osalta edennyt kiitettävästi ja luontevasti kohti toiminnallisia opetusmenetelmiä. (Sääkslahti ym. 2012, 4–8.)

Kognitiivisten taitojen kehittymiseksi tarvitaan myös liikuntaa. Kaikenlainen liikkuminen vahvistaa havaitsemiseen liittyviä prosesseja ja täten oppimisen edellytyksiä. Oppimisen ongelmista kärsivillä lapsilla on usein myös liikkumiseen liittyviä ongelmia: Kehon ääriviivojen hahmotusvaikeudet, heikko tasapaino, vaikeudet ylittää kehon keskilinja tai ympäröivän tilan hahmottamisen vaikeuksia. Uusien asioiden opettelu on tehokkainta, kun siihen voi yhdistää toiminnallisia ja kehollisia harjoitteita kielellisten harjoitteiden tueksi. (Sääkslahti ym. 2012, 4–8.)

Sosioemotionaalisten taitojen harjoittelemiseksi liikunta on oivallinen väline. Pelit, leikit ja kisailut tuovat eteen tilanteita, joissa on mahdollista harjoitella sosiaalista kanssakäymistä, empatiaa, tunteiden ilmaisua ja ylipäättään omaa käyttäytymistä. Vastoinikäymisten sietäminen on tärkeä haaste nykypäivän lapsille, jota on liikuntatunneilla mahdollisuus harjoitella turvallisessa

ympäristössä. Myös kehollinen ilmaisu on väylä tuoda esiin tunteita ja ajatuksia, ja on vastapainoa suorittamiselle. (Sääkslahti ym. 2012, 4–8.)

Liikuntatunnit soveltuvat myös moraalien ja eettisen ajattelun harjoitteluun. Sääntöjen noudattaminen ja yhteisiin pelisääntöihin sitoutuminen kuuluvat liikuntatuntien moniin peleihin ja leikkeihin. Opettajan on tärkeä puuttua vilppiin ja osoittaa myönteistä palautetta rehelliseen toimintaan. Moraalisiin piiriin kuuluvat myös käsitteet reilu peli, luotettavuus, yhteistyö, urheiluhenki, oikean ja väärän huomaaminen, vuorot, kohteliaisuus jne. Liikuntatunnit tarjoavat usein monia tilaisuuksia käsitellä näitä asioita. Myös yhteisvastuullisuus välineiden huolehtimisesta sekä niiden noutaminen ja paikoilleen palauttaminen auttavat näkemään mitä kaikkea onnistunut liikuntatunti niiltä osin vaatii. (Sääkslahti ym. 2012, 4–8.)

Liikuntatunnit, koulumatkat, toiminnalliset oppitunnit ja välitunnit ovat osa päivittäistä hyvinvointia. Kaikenlainen liikkuminen edistää terveyttä. Lisäksi lapsi tarvitsee riittävästi yöuntaa ja terveellistä ravintoa, ja mahdollisesti kohtuullisen määrän harrastuksia. (Sääkslahti ym. 2012, 4–8.)

2.4 Koululiikunnan yhteys myöhempään elämään

Koulun liikuntatunneilla on suuri vaikutus siihen, millainen kuva ihmiselle syntyy omasta fyysisestä itsetunnosta ja millainen hänen myöhempi liikuntaaktiivisuutensa on. Pätevyyden kokemuksella on myös yhteys myöhempään liikuntasuhteeseen. Nuorena koetut tunteet ovat voimakkaita ja verrattain pysyviä, jolloin lapsuuden ja nuoruuden liikuntakokemuksiin on syytä kiinnittää erityistä huomiota. Vaikka koululiikunta mainitaan usein suosittuna ja pidettynä kouluaineena, liittyy siihen usein myös kielteisiä tunteita. Tunteilla on voimakas vaikutus oppilaan liikuntakokemuksen muodostumisessa (Lauritsalo, Sääkslahti & Rasku-Puttonen 2012). Liikunta sijoittuu kärjen tuntumaan pidetyimpänä oppiaineena koulussa, mutta sijoitus on kärjessä myös vastakkaisissa tuntemuksissa (Hakala 1999, 96).

Lapsi saa kehostaan kokemuksia. Kokemukset joko edesauttavat tai heikentävät minäkäsityksen ja itsetuntemuksen syntymistä ja kehittymistä. On todettu, että liikunnallinen pätevyys vahvistaa itsearvostusta (Lintunen 2007, 152). Koulun liikuntatunnit ovat sosiaalinen kenttä, jossa lapsi saa monenlaisia

kokemuksia erilaisista vuorovaikutuksellisista tilanteista. Pätevyydenkokemuksia ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta pyritään tarjoamaan erilaisten osallistavien tehtävien avulla. Toiminnasta liikunnan tunnilla on myös annettava rohkaisevaa palautetta (POPS 2014). Näillä keinoin lapselle on mahdollista syntyä itsearvostusta, jolla on merkitystä myöhemmässä elämässä.

Myös internetin keskustelupalstoilla puhutaan koululiikunnasta. Nämä kirjoitukset ovat sikäli tärkeässä asemassa, että anonymiteetin suojissa on usein helpompaa olla rehellinen. Tätä käsittelevän tutkimuksen (Lauritsalo ym. 2012) keskeisin tulos on se, että tunteiden merkitystä liikuntatunneilla ei tulisi väheksyä, vaan päinvastoin korostaa. Kielteinen asenne koululiikuntaa ja myöhempää asennetta liikuntaa kohtaan syntyy usein kielteisistä kokemuksista. Myös useissa liikuntapedagogiikkaa käsittelevissä tutkimusjulkaisuissa ja artikkeleissa on päädytty samansuuntaisiin tuloksiin (Jaakkola ym. 2013; Vanttaja ym. 2017; Yli-Piipari 2011). Koululiikuntaan liittyy näin ollen negatiivisia tunteita, ja opettajan keskeisiin valmiuksiin kuuluu ymmärtää oppilaan kokemus- ja ajatusmaailmaa, ja pyrkiä tuottamaan tälle mahdollisimman hyviä kokemuksia liikuntatunneista. (Lauritsalo ym. 2012).

Varhaisnuoruudessa, n. 12 ikävuodesta eteenpäin nuoret ovat haavoittuvaisia ja heille saattaa syntyä helposti negatiivisia liikuntakokemuksia (Lintunen 2007, 153). Tämän vuoksi liikunnan opetuksella ja erityisesti liikunnan opettajalla alakoulussa on oppilaan tulevaisuuteen nähden merkittävä vaikutus. Kielteiset tunteet estävät oppimisen, kun elimistö keskittyy puolustus- tai pakenemisreflekseihin, ja näin ollen liikunnan tunneista saattaa jäädä ikäviä ja pitkäkestoisia muistoja (Hakala 1999, 40).

Lasten ja nuorten vastuuntuntoa pystytään edistämään liikuntakasvatuksellisin keinoin. Henkilökohtainen ja sosiaalinen vastuuntunto (mm. kunnioitus, osallistuminen, omatoimisuus, välittäminen) on pystytty tutkimusten mukaan yhdistämään myös liikunnantunneilla viihtymiseen, yhteistyökykyihin sekä toisten kunnioittamiseen ja auttamiseen. Nämä piirteet ovat siirtyneet myös muuhun kouluympäristöön. Perustana tälle on liikunnanopettajan oma toiminta sekä riittävä tietämys lasten ja nuorten emotionaalisesta ja sosiaalisesta kehityksestä. Myös opettajan tunne- ja ihmissuhdetaidoilla on merkitystä liikunnantunneilla. Opettajan ja oppilaan

välinen myönteinen tunnesuhde vaikuttaa positiivisesti oppilaan motivaatioon, viihtymiseen ja sitoutumiseen. (Kokkonen & Klemola 2013, 217–221.)

Liikunta-aktiivisuuden on todettu myös suojaavan yksinäisyydeltä, joka on syrjäytymiseen liitetty uhkatekijä, ja saattaa osaltaan altistaa syrjäytymiselle. LIITU-tutkimuksessa selvisi, että liikunta-aktiivisuuden lisääntyessä itsensä yksinäiseksi kokevien määrä pieneni. Liikunta-aktiivisuus oli myös yhteydessä vähäiseen psyykkiseen ja fyysiseen oireiluun sekä positiiviseen kehonkuvaan. Lisäksi yhteys virkistävään yöuneen ja riittävään aamiaiseen oli havaittavissa. (Lyyra ym. 2018 132–140.)

2.5 Liikunnanopetuksen kehittämishaasteet muuttuvassa yhteiskunnassa

Koulujen toimintakulttuuriin sisältyy myös liikunta, jonka keskeisenä tavoitteena on fyysiseen aktiivisuuteen kasvattaminen. Oppilaille tulee tarjota sellaisia tietoja, taitoja ja asenteita, joiden avulla liikunnallisen elämäntavan omaksuminen on mahdollista. Elämänmuotomme on tänä päivänä enemmän alttiina liikkumattomuudelle ja sen tuomille uhkatekijöille kuin milloinkaan aikaisemmin (Koski, 2014).

Liikuntatunneista on mahdollista saada motivoivia ja mielekkäitä monin eri tavoin. Nykyään liikuntatunneilla on usein monipuolisia ja virikkeellisiä oppimisympäristöjä ja välineitä, ja opetuskulttuuri on kehittymässä innostavammaksi (Opettaja-lehti 1/2019, 61).

Kokonaiset koulut voivat halutessaan panostaa liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseen. Sami Yli-Piiparin väitöskirjan tarkoituksena oli analysoida koululaisten fyysisen aktiivisuuden ja koululiikuntamotivaation kehittymistä oppilaiden alakoulun 6. luokalta 9. luokalle tapahtuvan siirtymän aikana. Tulokset osoittivat, että koululiikunnan avulla on mahdollista vaikuttaa positiivisella tavalla oppilaiden fyysiseen aktiivisuuteen. Tämä toteutuu parhaiten, mikäli oppilaat arvostavat koululiikuntaa. Tutkimuksessa kehoitettiin kouluja muuttamaan toimintakulttuuriansa kohti liikunnallisempaa mallia. Koulujen tulisi tukea kaikin tavoin liikkumista sekä tarjota siihen mahdollisuuksia, ja siten pyrkiä saavuttamaan laajempaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. Liikunnanopettajan rooli on tässä toimintakulttuurin muutoksessa tärkeä. Vastuualueita voivat olla mm.

realististen liikunnallisten tavoitteiden ja toiminnan suunnittelu, mielenkiintoisten ja laadukkaiden liikunnantuntien pitäminen, tiedon lisääminen liikunnan eksplisiittisistä ja implisiittisistä hyödyistä, onnistumisen kokemusten mahdollistaminen ja roolimallina toimiminen. (Yli-Piipari 2011, 69–75.)

Yhtenä ratkaisuna koulun liikuntakulttuurin kehittämiseksi on otettu jo useissa kouluissa käyttöön välituntiliikunnan monipuolistaminen ja uudistaminen. Sisätiloja on avattu välituntiliikunnan käyttöön, ja ulkoliikuntaan on otettu oppilaita mukaan suunnittelemaan mielekästä tekemistä. Tämä on hyvä esimerkki konkreettisesta toimenpiteestä, jossa oppilaita on osallistettu, ja jossa tavoitetaan monin paikoin kaikki kouluyhteisön jäsenet. Ottamalla lapsia ja nuoria mukaan suunnitteluun ja ideointiin annetaan heille samalla tärkeitä kokemuksia omista vaikuttamismahdollisuuksista. (Rajala ym. 2018, 96–97.)

Myös uusilla lajeilla on monia merkityksiä liikuntakulttuurin suhteen. Parkour, sirkus, kiipeily tai skeittailu tuottavat moninaisia, muuntautuvia ja uusia merkityksiä vallitsevaan ja aiempaan suhtautumiseen. Kilpailullisuus, kurinalaisuus tai sääntöuskollisuus on vaihtunut iloon, ilmaisuun, elämyksellisyyteen ja omaehtoisuuteen. (Ojala & Itkonen 2014.)

Nykyiset ja menneet koulutukselliset valmiudet liikunnanopetuksessa eivät välttämättä riitä koko pitkälle työuralle, vaan niitä on päivitettävä yhteiskunnan ja koulun vaatimusten muuttuessa (Aira ym. 2012). Tampereen yliopiston liikunnan valinnaisten opintojen opetussuunnitelmassa kerrotaan mm. näin:

”Opiskelija ymmärtää yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon vaatimuksen koulun liikuntakasvatuksen lähtökohtana ja osaa tästä lähtökohdasta käsin järjestää turvallista, toiminnallista ja onnistumista tuottavaa liikuntakasvatusta erilaisissa oppimisympäristöissä.”

sekä

”Tavoitteena on säilyttävän liikuntakulttuurin sijaan tarkastella vaihtoehtoisia tapoja liikuntakasvatuksen toteutuksessa.”

Hyväksi liikunnanopettajaksi kehittyminen rakentuu vastuun ottamisella omasta oppimisestaan, itsenä tunnistamisella liikuntakulttuuriseksi toimijaksi sekä laadukkaalla koulutuksella. Viimeksi mainitulla tarkoitetaan teoreettisten ja

käytännöllisten opintojen yhdistämistä, yhteisöllistä ja keskustelevaa otetta sekä yhteistyötä työelämän kanssa. Pelkästään liikunnallisten taitojen hallitseminen ei takaa hyvää opetusta, vaan se vaatii arvopohdintaa, pedagogista osaamista, tietoa ja ymmärrystä lapsista liikkujina sekä itsensä jatkuvaa kehittämistä. (Kari & Pönkkö 2013.)

Liikunnanopettajien ammatillista osaamista ja kehittymistä on tuettava, jotta opetus pysyisi yhteiskunnan muutosten mukana. Nuorisokulttuurin viihteellistyminen ja muuttuminen ovat haaste sekä opettajalle että kouluyhteisölle (Heikinaro-Johansson & Hirvensalo 2007, 95). Työelämään siirtyvillä liikunnanopettajilla tulisi olla riittävästi koettua osaamista ja minäpystyvyyden tunnetta, jolloin vallitsevan koulukulttuurin muutos liikunnallisempaan suuntaan olisi mahdollista myös kohdattaessa muutosvastarintaa (Lyyra, Palomäki & Heikinaro-Johansson 2016, 52).

3 SIRKUS TAITEEN LAJINA JA LIIKUNTAMUOTONA

"Sirkus on sirkusta, oli se sitten mitä vaan!" –Calle Jernström, Sirkus
Finlandian tirehtööri

Sirkuksella käsitetään nykyään erilaisia asioita kuin esimerkiksi vielä 50 vuotta sitten. Cirque de Soleil, Sorin Sirkus, Cirko ja monet muut sirkukset, jotka eivät käytä eläimiä vaan ihmisiä esiintyjinä, edustavat käsitettä nykysirkus. Nykysirkus on vaihtoehtoliikuntaa. Se pitää sisällään paljon fyysistä taitavuutta: useita eri elementtejä yhdistävä nykysirkustaide käsittää mm. akrobatiaa, ilma-akrobatiaa, jongleerausta, tanssia, teatteria, vauhtia, voimaa, tekniikkaa ja notkeutta (Purovaara 2005).

Sirkusta pidetään jännittävänä ja mielenkiintoisena lajina (Purovaara 2005), ja sen tuoma maailma tuo hyödyllisen ja monipuolisen vaihtoehdon perinteisen liikunnan rinnalle. Sirkuksen kasvatuksellisuutta ja merkityksellisyyttä on tutkittu pro gradu -opinnäytteissä monissa yliopistoissa sekä ammattikorkeakoulujen opinnäytetoissa¹. Pyrin tutkimuksessani nykyaikaistamaan sirkuskäsitystä perinteisestä sirkuksesta nykysirkukseen ja sosiaaliseen sirkukseen. Vanhemmilta sukupolvilta kysyttäessä mielikuvia sirkuksesta, vastataan vielä usein "norsut ja pellet" (Sirkusopettajien haastattelu 2018).

Sosiaalinen sirkus on käsitteenä tuorein, ja pitää sisällään muitakin asioita kuin itse sirkustaitojen hankkimisen. Sosiaalista sirkusta voisi kuvailla viitekehykseksi, jonka puitteissa opetellaan erilaisia sosiaalisia taitoja. Siinä sirkusta käytetään sosiaalisen muutoksen välineenä. Yhdistävä tekijä

¹ Helppikangas, J. 2003. Mihin sirkustaide kasvattaa?;
Saarelainen, A. 2013. Sirkustaidot syrjäytymisen estämisen välineinä;
Makkonen, M. 2006. Yhtä suurta sirkusta! Prosessidraama luokan yhteishengen tukijana;
Hanski, A. 2018. Sirkus sallii kaikenlaiset ihmiset;
Tierna, S. 2013. Hyvinvointia sirkuksesta –Sosiaalinen Sirkus -hanke 2009 – 2011;
Sirkkiä, E. 2015 VAIKUTTAVA VÄLINE – objektin ilmaisupotentiaali nykysirkuksessa

liikuntakasvatuksessa ja sirkuksen tuomisessa liikunnanopetukseen on myös välineellisyys. Liikuntakasvatuksen mottona on pitkään pidetty lausetta ”kasvattaa liikuntaan ja liikunnan avulla”. Nyt liikuntakasvatuksen välineeksi tulee sirkuksen myötä sosiaalinen sirkus, jonka toiminta-ajatus on nimenomaan välineellisyys: Sirkuksen avulla opetetaan muita tärkeitä elämäntaitoja.

Pääpaino sosiaalisessa sirkuksessa on teknisen osaamisen sijaan ilmaisussa, kasvussa ja sosiaalisessa inkluusiossa. Siellä harjoitellaan yhdessä toimimista, saadaan kokemuksia toimivasta ryhmästä ja saadaan onnistumisen kokemuksia. Sirkustaitojen opettelemisen ja ohella ja niiden myötä opitaan sosiaalisia taitoja. Sosiaalisen sirkuksen Vaikuttava Sirkus –hankkeita on Suomessa useita (<http://www.vaikuttavasirkus.fi/>), ja tätä toimintaa on ollut tukemassa useita järjestöjä, yrityksiä ja julkishallinnollisia tahoja. Tällä hetkellä käynnissä on ESR-rahoitteinen Sirkuksesta siivet elämään –hanke (2017–2020), joka tukee maahanmuuttajia ja heidän elämäntaitojensa kehittymistä sirkuksen keinoin. Sirkus voi tarjota osallistujille itsevarmuutta kohdata arjen haasteita. Vaikka olosuhteet eivät muuttuisi, niin ihmisen kyky pärjätä niissä vahvistuu (Silius 2018).

Sosiaalinen sirkus tuottaa positiivisia kokemuksia yhdessä tekemisestä ja toisten ihmisten kohtaamisesta myönteisessä ilmapiirissä. Sirkuksessa koetaan usein vahvaa kuulumisen tunnetta, ja siitä käytetään usein ilmaisua ”perhe” (Silius 2018). Siellä on mahdollisuus epäonnistua ilman kasvojen menettämistä tai huonommuuden kokemusta, sillä jokainen epäonnistuu väistämättä. Tämä edesauttaa hyväksytyksi kokemisen tunnetta ja luo välittömyyden ilmapiiriä. Sirkus tarjoaa monipuolisia ja monen taseisia harjoitteita, joista jokainen voi löytää itselleen sopivia. (Kakko ym. 2013, 17.) Erityisesti kilpailun puuttuminen sirkuksessa on ensiarvoista; kilpailua tapahtuu vain itsensä kanssa. Sirkusopettajalla tai –ohjaajalla on tässä tärkeä rooli: Miten rakentaa tunnit niin, että sekä kömpelömmät että kilpailullisemmat saavat niistä mahdollisimman paljon irti (Silius 2018).

Sirkuksen ulottuvuuksia ovat mm. fyysisyys ja kehollisuus, hallittu riskinotto, luovuus, leikkisyys ja hauskanpito sekä ryhmässä toimiminen (Silius 2018). Sirkuslajeilla tarkoitetaan tässä tutkimuksessa akrobatia-, pariakrobatia- ja ryhmäakrobatiataitoja, jongleeraamista erilaisilla välineillä (pallot, keilat, vanteet ja hatut), sekä näihin lajeihin kiinteästi liittyviä oheisharjoitteita ja lämmittelyjä.

Näihin kuuluvat mm. kehon painolla tehtävät harjoitteet, parin kanssa tehtävät harjoitteet; erilaiset köydellä, liinalla, trampoliinilla, hyppynarulla, trapetsilla tehtävät harjoitteet; leikkimieliset kisailut, jossa nostetaan, hypätään, kiivetään tai edetään eri tavoin; monipuoliset ja taitavasti varioidut hippa-, eläin-, peili- ja muut liikuntaleikit; tasapainolaudoilla tehtävät harjoitteet sekä kaikkiin edellä mainittuihin aktiviteetteihin liittyvät kehoa avaavat alkulämmittelyt ja loppuvenytykset. Uusimassa perusopetuksen opetussuunnitelmassa (POPS 2014) lajitaitovaatimukset on poistettu ja onnistumisen kokemuksia korostettu, joten siihen nähden sirkus lajina sopii peruskoulujen liikuntatunneille.

Sirkuksella on kiehtova ja salaperäinen luonne. Se on perinteisesti edustanut jotain taianomaista, vaikka keskiössä on kuitenkin ihminen ja kehon liike. Sirkus on fyysistä ilmaisua, joka vaatii taitoa ja voimaa, ei kohtaloa tai taikuutta (Purovaara 2005, 14–15). Sirkuksen käyttö ja tuominen koulumaailmaan ja liikuntatunneille luo tätä kiehtovaa maailmaa myös sinne. On eri asia tehdä voimisteluliikkeitä telinevoimistelutunnilla, kuin tehdä sirkusta. Tässä on koko ydin sirkuksesta liikunnan opetuksen välineenä: Sen avulla luomme mielikuvia ja tunteita. Sirkus mielletään myös voimakkaasti viihteeksi (Purovaara 2005; Aulanko & Nieminen 1989). Viihdyttämiseen ja viihteeseen sisältyy sirkuksen kontekstissa myös leikki, joka on ihmisen perustarve. Sana jonglööri on johdettu sanasta jocular, "hän, joka leikkii". Sirkuksen nimissä tehtyjä liikkeitä ja harjoitteita voi usein pitää leikkinä, joka puolestaan auttaa omaksumaan liikuntaa ei-kilpailullisena toimintana. Tällainen toiminta on myös usein tekijöidensä mielestä hauskaa. Leikin keskeisiä ominaisuuksia ovat mielekkyys, ilo ja luovuus, sekä monitasoisuus: leikkiessä voidaan olla yhtä aikaa roolissa ja reaalisessa tilanteessa (Karvonen ym. 2003, 18; 67).

Sirkus on erilaista kuin mikään muu. Se on merkityksellistä fyysistä kulttuuria, jota leimaa vapaus, mutta jossa tarvitaan kestävyyttä, neuvokkuutta, rohkeutta sekä henkisiä ja fyysisiä voimia (Purovaara 2005). Perinteisesti sirkuslajit on jaoteltu neljään kategoriaan: akrobatia, eläinten kesyttäminen, esineiden manipulointi ja liikekomiikka. Se on muuttunut 1970-luvun viihteestä 2000-luvun taiteeksi, joka puhuttelee kaikkia. Sirkuksen harrastaminen koettelee omia rajoja, ja kaikissa lajeissa virheet ovat väistämättömiä. Taitoja opitaan toistojen kautta, ja yritys ja erehdys ovat tie huipulle. Tanssin ja musiikin ohella sirkus on myös taidemuoto, jota vaikea kieleemme ei haittaa. Se on

universaalia, eikä siinä ole muuria esittäjän ja katsojan välillä. Sirkus ei myöskään julista tai ota kantaa, vaan on puhtaan ilon tuoja. Sirkuksen ominaisia piirteitä ovat salaperäisyyden henki, jännittynyt odotus, taika ja vaaran viehätys. Se on huippuunsa harjoitettua toimintaa, joka lumoo, viehättää, ja joskus myös kauhistuttaa. Siinä kehon liikkeeseen yhdistetään esineitä ja välineitä, ja peilataan kehon suhdetta tilaan ja aikaan.

Sorin Sirkus Tampereella on toiminut vuodesta 1985, ja se edustaa ennemminkin nykyaikaista kuin perinteistä sirkusta. Sirkuskerhoissa ympäri maata on tällä hetkellä n. 9000 sirkuksen harrastajaa 44 jäsenyhteisössä (Sirkuspyramidi 3/2017). Tärkeitä tehtäviä näille kerhoille, yhteisöille ja kouluille ovat tiedon levittäminen, arvostuksen lisääminen, elinikäisen harrastusmahdollisuuden luominen sekä esiintyjien kouluttaminen. Nuorisosirkustoiminta Suomessa on kansainvälisestikin huippulaatuista. Sorin Sirkuksen myötä on sirkus tullut Tampereella osaksi peruskoulua ja harrastustoimintaa. Tampereen normaalikoulun yläkoulussa on mahdollisuus opiskella sirkuspainotteisella luokalla, ja alakoululuokille on tarjolla tutustumiskäyntejä sirkukseen. Taiteen perusopetuksen uuden opetussuunnitelman (TPO 2017) myötä on Sorin Sirkukselle mahdollista hakea myös sirkuskoulun oppilaaksi². Lajin suosiosta kertoo kurssi-, leiri- ja opiskelupaikkojen nopea täyttyminen sekä harrastajamäärien kasvu (Sirkuspyramidi 3/2014, 25).

Sirkuksen harrastamisen hyödyt elämään ovat moninaiset: Kilpailun puuttuminen, lajien monipuolisuus, leikkimielisyys, hyväksyntä, yhdessä tekeminen ja kehollisuus vaikuttavat kaikki identiteetin muodostumiseen ja kehitykseen. Erään sirkusopettaja sanoin ”Ei tuu pisteitä siitä että kuka on parempi.” kiteyttää hyvin kilpailun puuttumisen elementin. Myöskään fyysinen vamma tai kielitaidon puute ei ole este osallistumiselle. Liikunta ja sirkus fyysisenä toimintana perustuu suurelta osin non-verbaaliseen viestintään, jolla on merkitystä myös eri kulttuurien kohtaamiselle kansainvälistyvässä maailmassa (Laakso 2007, 22–23). Tämä on merkityksellistä eritoten, jos yleisopetuksen ryhmään on integroitu vaikkapa erityisoppilas tai s2-oppilas³. Leikin varjolla tekeminen ja leikin maailma on tärkeää, sillä leikki kantaa usein aikuisuuteen

² <http://www.sorinsirkus.fi/>, viitattu 14.9.2018

³ S2-oppilaalla tarkoitetaan oppilasta, joka puhuu suomea toisena kielenään.

saakka. Sirkuksen hyvinvointivaikutukset näyttäytyvät toiminnassa mukana olleille yksittäisissä hetkissä: osallistujien kohonneessa mielialassa, tarkkaavaisuudessa, naurussa, heittäytymisessä ja esiintymisrohkeudessa (Kakko ym. 2013, 5).

Mietittäessä sirkuksen negatiivisia vaikutuksia, nousee esiin yksittäisen liikunnallisen oppilaan kokemusmaailma. Liikunnassa aina päteväksi itsensä kokenut oppilas voi sirkuslajien edessä joutua uudenlaisen tilanteen äärelle. Aikaisemmin opitut taidot eivät välttämättä tuo osaamista sirkuslajeihin, jolloin kokemus voi olla uusi: En ole hyvä. Tällöin haasteena opettajalle voi olla auttaa oppilasta hyväksymään osaamattomuuden tai epäonnistumisen kokemus, ja osoittaa oppilaalle oman kehittymisen ja kilpailun puuttumisen mahdollisuudet. Kääntöpuolena tästä sirkus voi tarjota monelle liikunnallisesti kömpelölle tai perinteisissä lajeissa taitamattomalle oppilaalle niitä kaivattuja onnistumisen kokemuksia.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

”Paras vaihtoehto on kysyä kirkkaita, uteliaita kysymyksiä, joissa on kysymyssana.” –Annamaija Manninen, viestintäkouluttaja

Keväällä 2018 toteutettiin Tampereen yliopistossa liikuntaan erikoistuville luokanopettajille sirkusjakso. Neljän viikon mittaisella sirkusjaksolla liikuntaan erikoistuvat luokanopettajaopiskelijat saivat mahdollisuuden tutustua sirkukseen liikuntamuotona. Jakso toteutettiin neljänä aamupäivänä sirkuskoulun tiloissa, ja opiskelijoita opettivat kolme ammattiopettajaa. Tämä oli ensimmäinen kerta, kun liikuntaan erikoistuville luokanopettajille avautui mahdollisuus tutustua ja päästä itse kokeilemaan sirkus-teemaista liikkumista ja monia nykysirkukseen liittyviä lajeja, harjoitteita, temppuja ja liikkeitä. Jakson aikana päästiin tekemään monipuolisesti sirkuksen eri osa-alueiden tyypillisiä tehtäviä: Jongleerausta, akrobatiaa ja tasapainoilua. Jaksoon liittyi myös monipuolisia harjoituksia liittyen voimaan, notkeuteen, koordinaatioon ja tekniikkaan.

Sirkusjaksoon osallistui 40 opettajaopiskelijaa 3. ja 4. vuosikursseilta. Sirkusjakso oli tarkoitettu kaikille liikunnan erikoistumisaineekseen valinneille opiskelijoille. Tutkimusaineisto kerättiin jakson jälkeen kolmen fokusryhmähaastattelun avulla. Haastatteluissa opiskelijat saivat vapaasti kertoa kokemuksiaan ja mielipiteitään liittyen jaksoon. Haastatteluihin osallistui yhteensä 17 opiskelijaa.

Tämän lisäksi haastattelin myös kolmea sirkusopettajaa, jotta käsitykseni jaksosta syvenisi, ja ymmärrykseni kattaisi opettajan näkökulman. Myös näitä haastatteluja on käytetty aineistona tähän tutkimukseen. Tämä haastattelu toteutettiin Sorin Sirkuksella 4.9.2018. Haastattelu tallennettiin ja litteroitiin noudattaen hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Haastattelu kesti 85 minuuttia, ja se oli tekstiksi litteroituna 20 sivua.

Haastattelulla viitataan opiskelijoiden haastatteluihin, joita tehtiin kolme kappaletta, ja joissa oli yhteensä 17 opiskelijaa. Nämä haastattelut ovat

ensisijainen aineistoni. *Opettajahaastattelulla* viitataan kolmen sirkusopettajien haastatteluun, joita tehtiin yksi kappale.

4.1 Aineiston kerääminen

Tutkimus toteutettiin laadullisin tutkimusmenetelmin. Menetelmävalintana käytettiin strukturoimatonta teemahaastattelua, jonka tarkoituksena oli kerätä mahdollisimman laaja aineisto perustuen haastateltavien omaan kokemukseen. Tällaisen haastattelun luonteeseen kuuluu ennemminkin hypoteesin löytäminen kuin ennalta asetetun hypoteesin todentaminen (Hirsjärvi & Hurme 2011, 66).

Laadullisen tutkimuksen piirteisiin kuuluu, että aineisto kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa, joissa ihminen on tiedon keruun kohde ja väline (Hirsjärvi ym. 1997, 160). Haastattelut tapahtuivat luonnollisessa vuorovaikutuksessa kaikkien haastateltavien ollessa yhtä aikaa läsnä samassa tilassa. Tätä metodologiaa käytettäessä tutkittavien oma ääni pääsi esille, heidän ollessaan myös tarkoituksenmukainen kohdejoukko. Menetelmävalintana teemoiteltu ryhmähaastattelu oli paras vaihtoehto tuomaan vastauksen asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Teoreettinen ymmärtäminen ja tutkijan oma esiymmärrys olivat laajat johtuen osittain omakohtaisesta osallistumisesta ryhmän jäsenenä koettuihin opetus- ja oppimistilanteisiin. Haastateltujen ryhmien jäsenten taustoihin tutustuminen kahden vuoden ajalla auttoi ymmärtämään liikuntaan erikoistuvien luokanopettajien omakohtaista liikuntahistoriaa. Tästä havainnoinnista seuranneet johtopäätökset ovat auttaneet analysoimaan pääpiirteittäin heidän toimimistaan liikunnanopettajina. Epistemologisesti ajateltuna tiedonsaanti kyseisiltä ryhmiltä oli luontevinta tehdä teemahaastattelun avulla. Sekä haastattelijan että haastateltavien arvomaailma teeman ympärillä oli samankaltainen, eikä ilmiöiden nimeämisessä tai ymmärtämisessä ollut ongelmia. Tästä voidaan tehdä johtopäätös metodin pätevyyydestä. (Hirsjärvi ym. 1997, 126.)

Haastattellessa on mahdollista nähdä haastateltavan ilmeet ja eleet. Tämä on rikkaampaa kommunikaatiota, ja kertoo enemmän kuin esimerkiksi kirjallisesti tai puhelimitse tehty haastattelu. Tiedonkeruu on joustavaa ja vapaamuotoista, ja eteneminen voi tapahtua tilanteen edellyttämällä tavalla. (Hirsjärvi ym. 1997, 200.) Haastateltavilla oli koko ajan mahdollisuus ilmaista itseään vapaasti, ja

haastattelijalla oli mahdollisuus tarkentaa tai syventää kysymyksiä tilanteen niin vaatiessa. Myös vapaus kertoa aiheesta laajemmin kuin pyydettiin, säilyi haastateltavilla koko haastattelun ajan. Haastateltavien ollessa tuttuja henkilöitä, oli heihin mahdollisuus saada helposti yhteys haastattelujen jälkeen, jos tarvetta olisi ilmennyt. Haastattelun haittapuolena voidaan nähdä sosiaalisten tilanteiden luoma paine sanoa yleisesti hyväksyttäviä asioita. Haastateltava saattaa haluta vaikkapa esiintyä ”hyvänä kansalaisena”, ja toisaalta vaieta normienvastaisesta käyttäytymisestä. Onkin tärkeää haastattelijalle osata tulkita tilannesidonnaisuutta ja olla liioittelematta tutkimustulosten yleistämisessä (Hirsjärvi ym. 1997, 201).

Oli myös luonteenomaista kerätä aineisto, jota voi tarkastella monipuolisesti ja jossa moniäänisyys oli perusteltua. Tämä litteroitu aineisto on myös olemassa tutkijasta riippumatta, joka on ihanteellista laadulliselle tutkimukselle. Tosin tutkijan läsnäolo haastattelutilanteessa on saattanut ohjailla ja vaikuttaa keskustelujen kulkuun. Tämä aineisto on kielellisesti rikasta ja monipuolista, ja se on dokumentoitu tarkasti ja yksityiskohtaisesti (Alasuutari 2014, 83–85). Muilla menetelmillä tietoa ei olisi saatu kerättyä yhtä laajasti. Havaintojen kerääminen avoimin silmin ilman hypoteeseja tai ennako-oletuksia vastauksista on tärkeää tehtäessä laadullista teemahaastattelua. Havaintoja on pyrittävä tekemään kaikista asioista, eikä vain sellaisista, joiden arvelee hyödyttävän deduktiivista päättelyä teoriasta (Alasuutari 2014, 262).

Haastateltavien löytäminen sujui ongelmitta, ja käytännön järjestelyt oli helppo toteuttaa sekä tilojen että tallennuslaitteiden käytön osalta. Varautuminen ennalta suunnittelemaan tilanteisiin on tarpeen laadullista tutkimusta tehdessä. Voi käydä niin, että haastateltavilta ei saadakaan tarpeeksi mielenkiintoista aineistoa, tai että aineistosta ei nousekaan esille odotetut teemat (Alasuutari 1995, 34–38). Yllätyksiin ja ongelmiin täytyy osata varautua. Teemahaastattelut sujuivat tämän tutkimuksen puitteissa kuitenkin ennalta-arvattavasti: Aineistoa kertyi riittävästi, ja sekä motivaatio että vireystila pysyivät korkealla kaikkien haastattelujen osalta. Koska jakso oli laatuaan ensimmäinen, oli luontevaa lähteä keräämään aineistoa ilman tiukasti strukturoitua viitekehystä. Aineisto päätettiin kerätä pienryhmähaastattelujen avulla, ja mahdollisimman pian jakson jälkeen. Näin olisi mahdollista saada tuoreita ja ajan haalistamattomia kokemuksia. Päätimme myös toteuttaa haastattelut ilman

liikunnanopettajan läsnäoloa saadaksemme mahdollisimman jännittymättömän ilmapiiriin. Opettajan läsnäolo myös informaalisissa tilanteissa saattaa aiheuttaa sanamuotojen liiallista valintaa, jännittyneisyyttä tai rohkeuden ja uskalluksen puutetta. Aineistonkeruuta edeltävä pyyntö haastatteluihin liitteessä 1.

Haastatteluja tehtiin kolme kappaletta. Ensimmäinen haastattelu oli 26.4.2018. Sirkusjakson päättymisestä oli tuolloin kulunut kolme viikkoa, ja tällä ensimmäisellä kerralla keskustelijoina oli kuusi jaksolle osallistunutta opiskelijaa. Haastattelu toteutettiin Tampereen yliopiston Virta-rakennuksen kolmannessa kerroksessa, jossa opiskelijoilla on oma tilansa, Edula. Tila on jaettavissa kahtia sermillä, ja käytimme hyväksemme sermin toisella puolella olevaa neuvottelupöytää. Paikalla oli virvokkeita, ja haastateltavat istuivat kukin omalla tuolillaan pöydän ääressä, lähellä toisiaan. Ennen tilaisuuden alkua osallistujille luettiin uudelleen heille lähetetyn keskustelupyynnön, sekä muistutettiin heitä luottamuksellisuudesta ja vapaaehtoisuudesta sekä hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Tallennusvälineenä käytettiin runsaalla tallennustilalla varustettua iPhone-puhelinta. Nauhurin ominaisuudet oli testattu jo ennen haastatteluja, ja laite todettu toimivaksi ja luotettavaksi. Laitteen akku oli ladattu täyteen ennen haastatteluja. Äänten kuuluvuus ja laitteen mikrofoni testattiin vielä ennen aloitusta. Haastattelu kesti 32 minuuttia, tekstiksi litteroituna 9 sivua.

Toinen haastattelu toteutettiin 8.5.2018. Alkuasetelma oli sama kuin edellisessä haastattelussa, ja nyt paikalla oli viisi jaksolle osallistunutta opiskelijaa. Haastattelua edelsi samankaltainen prosessi kuin ensimmäisessäkin, ja keskustelu kulki eteenpäin hämmästyttävän yhdenmukaisella tavalla verrattuna aiempaan tilaisuuteen. Haastattelun kesto oli 43 minuuttia, tekstiksi litteroituna 10 sivua.

Kolmas ja viimeinen haastattelu oli 28.5.2018. Tällöin sirkusjakson päättymisestä oli kulunut hieman yli seitsemän viikkoa. Opiskelijoita oli paikalla kuusi, ja keskustelun aloitus ja eteneminen noudattivat jo tutuksi tullutta kaavaa. Tunnelma ja keskustelun mutkattomuus ja avoimuus olivat suoraa jatkumoa edellisille keskusteluille. Haastattelu kesti 43 minuuttia, tekstiksi litteroituna 11 sivua.

Näitä haastatteluja voi kutsua joko keskusteluiksi tai haastatteluiksi. Ryhmien alustus ja virittäytyminen aihepiiriin oli keskustelunomaista ja tapahtui tutkijan johdattamana. Kuitenkin itse keskusteluihin sisältyi varsinaisia

kysymyksiä poikkeuksellisen vähän. Opiskelijat tarttuivat toistensa puheenaiheisiin innostuneesti ja herkästi, jolloin keskustelut ikään kuin soljuivat vaivatta eteenpäin. Muutaman kerran keskustelua johdatettiin lempeästi kysymällä johonkin tiettyyn suuntaan, mutta näitä lyhyitä hetkiä lukuun ottamatta opiskelijat puhuivat vapautuneesti ja luonnollisesti, ikään kuin nauhuria ei olisi pöydällä ollutkaan. Näin ollen tilanteet tallentuivat hyvin autenttisina, ja keskustelijoiden välillä vallitsi ehdoton luottamus sekä toisiaan että tutkijaa kohtaan. Keskustelutilanteissa vallitsi positiivinen tunnelma. Kaikki keskusteluun osallistuneet tai valikoituneet henkilöt olivat innokkaita ja halukkaita kertomaan kokemuksiaan ja mielipiteitään kuluneesta jaksosta.

Jokaista haastattelua seurasi informaali ja spontaani jutteluhetki, joka noudatteli samaa tunnelmaa kuin itse haastattelukin. Osallistujat olivat silminnähden iloisia, eivätkä lainkaan helpottuneita haastattelun ollessa ohi. Tästä voidaan päätellä haastattelutilanteiden olleen luonnollisia, pakottomia ja informanttien olevan todella vapaaehtoisia.

TAULUKKO 1

Haastattelun päivämäärä	Haastattelun kesto	Haastatellut opiskelijat
26.4.2018	32 minuuttia	OP1 – OP6
8.5.2018	43 minuuttia	OP7 – OP11
28.5.2018	43 minuuttia	OP12 – OP17

Haastateltavissa opiskelijoissa oli sekä naisia että miehiä. Koska sukupuolella ei näissä opinnoissa eikä opettajaksi valmistumisessa ole merkitystä, on tässä tutkimuksessa jätetty mainitsematta vastaajan sukupuoli. Tällä tutkija haluaa myös osoittaa laajaa sukupuolisensitiivisyyttä sekä tasa-arvoa. Sukupuoleen perustuvat luokittelut aiheuttavat väistämättä tiedostamattomia arvolatauksia ja ennakoasenteita, joita tässä tutkimuksessa pyritään välttämään. Jos sukupuolella olisi merkitystä opettajan tai liikunnanopettajan työssä, tai jos tässä tutkimuksessa tutkittaisiin nimenomaan sukupuolen merkitystä ammattikontekstissa, olisi tällöin ollut perusteltua mainita myös vastaajien sukupuoli (nainen/ mies/ muunsukupuolinen). Vastaajiin viitataan tunnuksella OP

(opiskelija) ja järjestysnumerolla, josta käy ilmi missä haastattelussa kyseinen opiskelija on ollut. Taulukosta 1 ilmenee missä haastattelussa kukin opiskelija on ollut, kauanko haastattelu kesti, ja milloin haastattelu on tehty.

Uusimman opetussuunnitelman perusteissa tuodaan esiin, että tulisi luopua mittaamisesta, suorittamisesta ja sukupuolittuneista käytännöistä. Myös tästä syystä olen päättänyt olla lisäämättä vastaajien tunnisteisiin sukupuolta osoittavaa tunnusta. Liikunnan avulla tulisi edistää yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa, eivätkä sukupuolensa edustajat muodosta taidoiltaan ja ominaisuuksiltaan yhtenäistä ryhmää.

Haastateltavien ryhmiä kuvaa parhaiten termi fokusryhmä. Tällä tarkoitetaan ryhmää, jonka jäsenten välinen vuorovaikutus on olennainen osa informaation keräämistä. Ryhmän jäsenet tuovat esille oman näkemyksensä aiheesta, mutta kuulevat ja kuuntelevat myös muita ryhmän jäseniä. Fokusryhmässä sen jäsenet voivat kysyä toisiltaan tarkennuksia sanottuihin asioihin, kommentoida toisiaan, ja ylipäättään saada inspiraatiota ja ajattelemisen aihetta toisilta ryhmän jäseniltä. Keskusten tai haastattelun edetessä vastaukset ja puheenvuorot terävöityvät ja tarkentuvat, jolloin tuloksena on yleensä syvempi ja tiedostavampi ote käsiteltävään asiaan (Finch & Lewis 2003; Wilkinson 2004).

Näin ollen fokusryhmähaastattelu ei ole vain monta yksilöhaastattelua samaan aikaan, vaan synerginen ryhmähaastattelu, jossa ryhmän jäsenten keskinäinen vuorovaikutus tuottaa eksplisiittistä tietoa ja näkemystä käsiteltävästä aiheesta (Finch & Lewis 2003, 171).

Fokusryhmälle tyypillistä on vapaamuotoinen keskustelu, jossa haastattelija toimii ikään kuin moderaattorina. Hän pitää yllä keskustelua, johdattelee ja mahdollistaa jokaisen osallistujan puheenvuoron. Hän ei kysy kysymyksiä vuorotellen jokaiselta ryhmän jäseneltä, vaan rohkaisee ja ohjaa ryhmää olemaan vuorovaikutuksessa keskenään (Wilkinson 2004, 177–178).

4.2 Haastateltavien valinta

Edellä on selvitetty tutkimukseni tekoon liittyen lähinnä metodologisia seikkoja, eli miten tutkimusta on tehty. Tutkimusetiikkaan liittyy tutkimuksen teon etiikan (aineiston ja informoinnin ja arkistoinnin kysymykset) lisäksi myös oleellisesti kysymys ´miksi´. Miksi tätä aihetta tutkitaan, ja miksi tutkimuksen kohteiksi on

valittu juuri ne henkilöt, jotka tutkimuksessa esiintyvät. Tämän tutkimuksen motiivi on monitahoinen: Toiveeni on ollut selvittää tämän ainutkertaisen jakson vaikutuksia opiskelijoihin. Yliopisto-opetuksen on oltava tarkoituksenmukaista ja tulevaisuutta palvelevaa, joten uusien kurssien ollessa kyseessä on tarpeellista tutkia niiden olemassaolon oikeutusta. Sain tutkimukseeni verrattain suuren otoksen sirkusjakson käyneitä: 17/40, mikä on 42,5% kaikista kurssille osallistuneista opiskelijoista. Opiskelijat ovat validi mittari kurssin onnistumiselle ainakin silloin, kun kyse on kurssin vetäjien ja sisällön aiheuttamista mielipiteistä. Mikäli opiskelija on tunnetasolla tyytyväinen opetukseen, on syytä olettaa, että oppimista tapahtuu. Lisäksi mikäli kurssin sisältö on opetussuunnitelman perusteisiin nojaten todettu vaatimukset täyttäväksi, voi kurssia pitää onnistuneena valintana täydentämään liikuntaan erikoistuvien luokanopettajien koulutusta.

Toisena miksi-kysymyksenä oli tutkittavien valinta. Koska kurssille osallistui 40 opiskelijaa, olivat he se alkuperäinen joukko, josta otokseni oli koostuva. Tutkimus- tai keskustelupyynnöni koski jokaista 40:ää opiskelijaa, ja myönteinen vastausprosentti oli 42,5. Haastateltavat henkilöt jaettiin kolmeen ryhmään sen mukaan, mikä ajankohta kullekin parhaiten sopi, sekä niin, että ryhmien koko pysyi suhteellisen vakiona. Keskustelun syntymiseen vaikuttavia tekijöitä ovat keskusteluaiheen lisäksi ryhmän jäsenten ominaisuudet sekä ryhmän koko. Pienryhmä (3–7 henkilöä) on tavallisesti optimaalinen ajatellen luottamuksellista keskustelua (Niemistö 2007, 57–60).

Yhtenä tärkeänä vaikuttimena tutkimuksen tekemiseen oli myös oma kiinnostukseni lajia kohtaan. Kurssin myötä syttynyt into on hyvä valjastaa tutkimuksen tekemiseen. Sirkus itsessään on ajankohtainen ja mielenkiintoinen laji, jolla on tämän tutkimuksen valossa potentiaalia koulumaailmassa. Pyrkimykseni on kuitenkin noudattaa puolueettomuuden ja neutraaliuden periaatteita mitä suurimmassa määrin analysoidessani keskusteluja, vaikkakin tutkijan subjektiivisuus on välttämättä aina läsnä tutkimuksen teossa. Tutkijan ääni ei juurikaan kuulu keskusteluissa, vaan puheenvuoro on annettu haastateltaville opiskelijoille.

Luokanopettajaopiskelijoilla, jotka erikoistuvat liikuntaan (Valinnaiset liikunnan 25 opintopisteen opinnot), on yleensä taustalla liikuntaharrastus tai -harrastuksia ja myönteisiä kokemuksia liikuntatunneista. Heidän perheissään on

harrastettu liikuntaa, ja liikunnallinen elämäntapa on heille usein itsestäänselvyys. He ovat lähtökohtaisesti myönteisiä erilaisia liikuntamuotoja kohtaan, ja näin ollen heiltä saattaa puuttua kokemus ja tietotaito kohdata työssään niitä oppilaita, joiden kohdalla näin ei ole. Haastateltujen opiskelijoiden taustoihin tutustuminen kahden vuoden ajan auttoi ymmärtämään näitä seikkoja opiskelijoiden keskuudessa.

Sirkusopettajien haastatteluun valitsin ne kolme opettajaa, jotka opettivat opiskelijoita kyseisellä sirkusjaksolla. Haastattelupyyntö lähetettiin sähköpostitse yhteisesti kaikille opettajille. Kaikki ilmaisivat suostumuksensa ja halukkuutensa osallistua haastatteluun, ja haastattelu aika sovittiin sähköpostitse.

4.3 Tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää laajasti opiskelijoiden kokemuksia ja mielipiteitä jaksosta: sen toteutustavoista, opetusmetodeista, pedagogiikasta, didaktiikasta, hyödyllisyydestä, siirrettävyydestä alakoulun liikunnanopetukseen, mielekkyydestä, merkityksellisyydestä ja tunnelmasta. Näiden kokemusten ja mielipiteiden avulla saatiin selville opiskelijoiden kokonaiskäsitys sirkusjaksosta. Tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisia opiskelijoiden autenttiset kokemukset kurssista olivat?
2. Mitä merkityksiä tämä kurssi toi opiskelijoille?

Tarkoituksena on saada selville millaisia kokemuksia ja mielipiteitä sirkusjakso herätti opiskelijoissa, ja mitä merkityksiä niiden perusteella jaksolta saatiin. Vastaajien innokkuus näkyi ja kuului selvästi. Jo itse jaksolla oli selkeästi huomattavissa positiivinen asenne opetusta kohtaan sekä tekemisen ilo. Tämä toistui myös haastatteluissa. Opettajan asenteella on suuri merkitys opetukseen ja oppimiseen. On myös tutkittu, että asennoitumisella on jopa suurempi merkitys kuin tiedoilla tai taidoilla opetettavasta aineesta (Mäki-Havulinna 2018).

4.4 Teemahaastattelu tutkimushaastattelun muotona

Haastattelut ovat yleistyneet tiedonkeruun menetelmänä laadullisessa tutkimuksessa viimeisten vuosikymmenten aikana. Haastattelut ovatkin joustavana menetelmänä soveltuvia mitä useimpiin tarkoituksiin. Teemahaastattelussa haastattelun aihepiiri on ennalta määrätty, ja haastattelija pitää huolen, että halutut teemat tulee käsiteltyä haastattelun aikana (Eskola & Suoranta 2014, 87). Hirsjärvi ja Hurme kirjassaan Tutkimushaastattelu kertovat teemahaastattelun sopivan tilanteisiin, jossa haastateltavien joukko on kokenut tietyn tilanteen. Tällainen haastattelu ei kuitenkaan edellytä tiettyä, kokeellisesti aikaansaatua tilannetta, vaan siinä korostetaan haastateltavien elämysmaailmaa ja heidän määritelmiään tilanteista (Hirsjärvi & Hurme 2011, 47–48).

Timo Laine esittelee kirjassa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II erilaisia näkökulmia kokemuksen tutkimiseen. Hermeneutiikka, eli ymmärtäminen ja tulkinta ovat oleellisia käsitteitä, kun tutkija pyrkii löytämään mahdollisimman oikean tulkinnan haastateltavan ilmaisuista. Ilmaisut kantavat merkityksiä, joita voidaan lähestyä vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla. Arkielämässä toimitaan luontaisen ymmärryksen varassa, jota kutsutaan esiymmärrykseksi. Tämä tarkoittaa tutkimusta tehdessä tutkijan omaa tapaa ymmärtää tutkimuskohdetta jo ennen tutkimusta. Tutkimuksen tavoitteeksi voisi näin ollen määritellä niin, että pyritään tekemään tunnettua tiedetyksi, eli nostetaan näkyväksi se, minkä tottumus on tehnyt kenties huomaamattomaksi. (Laine 2010, 28–36.)

On päästettävä irti omista ennakkoasenteista tavoittaakseen toisen henkilön erityislaatuisen suhteen johonkin asiaan. Se on ehto sille, että tutkimus saavuttaa yleisempää pätevyyttä. Omat arkikokemuksemme ja mahdolliset aiemmat tulokset on sysättävä sivuun tutkimuksen ajaksi, jotta itse tutkimusaineistosta saatettaisiin tehdä ennakkoluuloista vapaita tulkintoja. (Laine 2010, 28–36.)

Haastatteluaineiston analysoinnissa on edetty aineiston järjestämisestä analyysiyksiköihin, joita on tulkittu teemoittain. Teemahaastatteluja edeltävässä vaiheessa tutkijalla ei ole ollut testattavaa hypoteesia, vaan aineiston tehtävänä on ollut hypoteesin keksiminen. Vastaajat ovat tuottaneet omia käsityksiään tutkittavasta aiheesta. Tutkija on tässä tapauksessa hakenut ideansa aineistosta, ja tutkimuksen tavoitteena on ollut antaa tietoa ja ajattelemisen aihetta lukijoille.

4.5 Kokemuksen tutkiminen ja merkitysten anto

Kiinnostus kokemuksen tutkimiseen on lisääntynyt ihmistieteissä. Mutta mitä itse asiassa tutkitaan, kun tutkitaan kokemusta? Timo Latomaan ja Juha Perttulan (2008) mukaan tieteellisyyden ehtoja käsittelevä keskustelu on vilkastunut. Tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena voi olla kokemus jostakin asiasta, tilasta tai sosiaalisesta tilanteesta. Kokemuksen kuvauksessa kokemus jäsenellään, tulkitaan ja analysoidaan.

Kokemuksen tutkimisessa tavoitteena on ymmärtää olemassa olevaa ilmiötä. Toisten ihmisten kokemuksia on mahdollista tavoittaa haastattelemalla. Yksilöllisyydelle annetaan arvoa, mutta toisaalta mielipiteen korottaminen tieteelliseksi on kyseenalaista. Mielipide on esittäjän näkemys asiasta. (Toikkanen & Virtanen 2018, 9)

Tiedeyhteisö on kiinnostunut kokemuksen tutkimuksesta, sillä se on monipuolinen ja monimutkainen ilmiö. Kokemus on ainutlaatuista ja tärkeää. Kokemus on sekä filosofinen ja tieteellinen, mutta myös arkipäiväinen kysymys. Kokemukset ympäröivät ihmistä, ja ovat keskeinen osa ihmisen elämää ja arkea. Kokemus on kehittymisen ja uuden oppimisen perusta. (Hyypä ym. 2015.)

Kokemus on välitön osa ihmisen arkea. Käsitusten muodostaminen asioista on mahdollista kokemusten avulla, samoin ymmärrys asioista. On myös kysytty, onko kokemus aina totta; voiko kokemus olla virheellinen? Tutkijan on lähdettävä olettamuksesta, että kokemus on totta ja aito. Se on aina jonkun kokema. Emme voi kokea toisen kokemuksia, mutta voimme pyrkiä ymmärtämään niitä. (Koivisto ym. 2014, 7–27.)

Tämä tutkimus tuottaa tietoa opiskelijoiden kokemuksista sirkusjaksosta. Tällaista aihetta tarkasteltaessa kokemusten rooli on merkittävä. Kokemus on aina elämyksenä todellinen, ja pitää sisällään tunteita, tietoa, intuitiota ja uskoa (Latomaa & Perttula 2008).

5 TUTKIMUSTULOKSET

Sirkusopettajat olivat haastattelujen perusteella rakentaneet opetuskokonaisuudet selkeiksi, mielenkiintoisiksi ja johdonmukaisiksi. Meitä opettaneet kolme sirkusopettajaa olivat kukin ammattilaisia erilaisine taustoineen, kokemuksineen ja koulutuksineen. Jokainen heistä koki toimivansa tärkeässä kasvatuksellisessa työssä lajitaitojen opettamisen lisäksi. Heidän sanomansa meille tuleville liikunnan- ja luokanopettajille oli selkeä: Sirkuksessa tärkeintä on opettaa leikin varjolla, ilman kilpailua, monipuolisesti, yhteistoiminnallisesti ja niin, että kaikille luodaan edellytykset onnistumisen kokemuksille.

Opiskelijoiden haastattelujen mukaan tämä sirkusjakso koettiin positiivisena ja tarpeellisena. Sen hyödyllisyyttä perusteltiin monesta eri näkökulmasta, ja jaksolle toivottiin jatkuvuutta. Aineistoa kerääntyi runsaasti, ja vastaajien innokkuus sirkusta kohtaan näkyi ja kuului selvästi. Ensivaikutelma sirkuksesta peruskoulun liikuntamuotona oli kauttaaltaan erittäin positiivinen. Aihe on ajankohtainen, sillä liikunnanopetuksen laadun suhteessa oppilaan tulevaisuuteen ja minäkuvaan on kiistatta todettu olevan merkityksellinen (van Aart, 2015; Lintunen, 2007; Telama & Kahila 1994; OPS 2014). Myös sirkus itsessään koetaan ajankohtaiseksi ja mielenkiintoiseksi taide- ja liikuntamuodoksi, jolla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia lapsiin ja nuoriin. Tämä kävi ilmi sirkusopettajien haastattelussa. Sirkuksen ”sateenvarjon” alla toteutettu liikunnan opettaminen ja oppiminen voikin yhtäkkiä tuoda mukanaan jotakin yllätyksellistä, jotakin tarpeellista, ja ainakin jotakin positiivista.

Jakso vahvisti monien opiskelijoiden identiteettiä, ja yhteistyö ammattilaisten ja opiskelijoiden välillä koettiin hedelmälliseksi ja mutkattomaksi. Vaikka jaksolle osallistuneet olivat aikuisia, oli toiminnassa vahvasti mukana lapsilähtöisyys, joka ilmeni sekä harjoitteita tehdessä, että niitä analysoitaessa.

Sirkusopettajien haastattelusta käy myös ilmi, että heidän käsityksensä sirkusjaksosta ovat yhteneväisiä opiskelijoiden käsitysten kanssa. Sirkus nähtiin

monipuolisena lajina, jonka tavoitteet ovat monilta osin yhteneväisiä liikuntakasvatuksen tavoitteiden kanssa. Sirkusopettajien haastattelu vahvistaa osaltaan tutkimustuloksia: Sekä jakson opettajat että opiskelijat olivat sitä mieltä, että sirkus on monipuolinen lisä koululiikuntaan, ja että monia liikunnallisia elementtejä ja taitoja on mahdollista saavuttaa harjoittelemalla erilaisia sirkuslajeja.

Olen teemoitellut haastatteluaineistoa tutkimuskysymysten valossa seuraaviin aihealueisiin, ja analyysi jakautuu kolmen otsikon alle seuraavasti:

1. Merkityksellisyyden kokemukset oppimisessa
2. Opiskelijan pedagoginen ajattelu ja opettajaksi kasvaminen
3. Opettajan persoonan vaikutus opetukseen

Ensimmäisessä osiossa tarkastelen merkityksellisyyden kokemuksia sekä sitä, mitkä asiat, tunteet ja käsitteet tulkittiin merkityksellisiksi. Toisessa osiossa käsittelen opettajaksi kasvamista ja pedagogista ajattelua sekä sitä, miten nämä osa-alueet näkyivät sirkusjaksolla ja haastatteluissa. Kolmannessa osiossa tarkastelun kohteena on opettajan persoonallisuus ja sen vaikutus opetuksessa.

5.1 Merkityksellisyyden kokemukset oppimisessa

Haastatteluissa toistuivat eniten merkityksellisyyden kokemukset sirkusopetuksessa ja omassa oppimisessa. Merkityksellisyyttä löydettiin useista konteksteista, ja sen voidaankin sanoa kuuluvan jokaiseen osa-alueeseen tällä jaksolla.

Suurimpana yksittäisenä merkityksellisenä asiana esiintyi onnistumisen kokemus, joka toistui kaikissa kolmessa haastattelussa useasti. Onnistumisen kokemukset mainitaan myös yhtenä liikunnan opetuksen keskeisimmistä tavoitteista sekä opetussuunnitelman perusteissa, että lukuisissa tutkimusjulkaisuissa ja kirjoissa (Jaakkola 2003, Salmela 2006, Liukkonen ym. 2007, Lauritsalo 2014). Jakson kolme opettajaa painottivat myös yhdeksi

päätavoitteekseen luoda tilanteita, joissa oppilas pystyy näitä kokemuksia saavuttamaan. Tärkeää on myös asettaa tarpeeksi pieniä välitavoitteita, jolloin kokemus onnistumisesta tulee jo mahdollisesti samalla tunnilla. Onnistumisia tämä jakso toi runsaasti, ja niitä kuvailtiin mm. näin:

"Ku huomaskin, et aa, mä pystyn tähän, ni sit oli semmonen jee!" (OP3)

"Et siel on jokaiselle jotakin, missä onnistuu, ja siel saa onnistumisen kokemuksii." (OP4)

"Et sun ei tarvi olla tietynlainen tai tosi hyvä jossakin, että sä pystyt tekeen sitä lajia. Vaan sä voit saada siellä niitä onnistumisen kokemuksia ja olla tosi huippu sinä." (OP10)

Vastauksista kävi hyvin ilmi monet onnistumisen kokemuksiin liittyvät perusteet ja tuntemukset: Liikunta- tai urheilutaustalla ei ollut niin paljoa merkitystä, vaan taitoerot tasoittuivat, ja vähemmänkin liikuntaa harrastaneet pääsivät kokemaan onnistumisia. Myös yksilöllisyyden hyväksyminen ja itsensä voittaminen koettiin onnistumisen tunteina. Kaikki voivat olla hyviä omana itsenään, ja kaikki ovat samanarvoisia yksilöitä. Sirkuksen avulla sellaisenkin oppilaan, jolle niitä muutoin ei yleensä tule, on mahdollista saada onnistumisen kokemuksia. Jakson sirkusopettajat totesivat, että joku voi olla hyvä yhdessä asiassa, mutta ei siinä toisessa; sirkuksessa on niin paljon eri lajeja, joten se tasaa tilannetta. Sirkuksessa tehdään paljon erilaisia asioita, joissa kaikissa vaaditaan erilaisia taitoja, kykyjä ja ominaisuuksia.

Onnistumisen kokemuksilla liikunnan tunneilla on yhteys myöhempään psyykkiseen hyvinvointiin (Laakso ym. 2007). Riittävä määrä myönteisiä kokemuksia omasta kehosta ja pätevyydestä luo pohjaa sille, millainen henkilön liikunta-aktiivisuus tulee olemaan myöhemmin elämässä (Sääkslahti ym. 2012).

Onnistumiset saivat aikaan myös intoa ja uteliaisuutta jatkaa eteenpäin. Havainnot aikaisessa vaiheessa omasta pystyvyydestä johtivat rohkeuteen yrittää uudelleenkin. Parhaimmillaan sirkus voi antaa onnistumisen kokemuksia sellaisille, jotka eivät ole koskaan nauttineet liikunnan tunneilla.

”Hei vitsi tää voikin olla kivaa, mä voinkin onnistua ja osata.” (OP10)

”Ai perhana, nyt se menikin!” (OP9)

Myös vahvalla ja pitkäaikaisella liikuntataustalla varustetut opiskelijat saivat elämyksiä sirkuksen lajien parista. Eräs monipuolista urheilua harrastava opiskelija kuvasi sirkusjakson onnistumisen kokemuksiaan näin:

”Tärkeimpänä oli se, että niitä tulee tosi paljon mieleen kuitenkin. Että se ja se ja se ja se. Oli niin paljon virikkeitä, ja erilaisii juttuja tarjottiin [...]. Sieltä tuli kyllä roppakaupalla onnistumisen kokemuksia ainaki itelle.” (OP17)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa vuosiluokille 3–6 mainitaan yksittäisiin liikunnantunteihin liittyvien positiivisten kokemusten merkitys, joka osaltaan tukee liikunnallisen elämäntavan syntymistä. Keinoja, millä opettaja luo edellytyksiä näiden kokemusten syntymiselle, on monia. Yksi tärkeimmistä keinoista tämän tutkimuksen valossa on luoda edellytykset onnistumisen kokemuksille. Tämän tunteen kokeminen on ihmiselle perustavanlaatuaista ja syvästi merkityksellistä.

Hienotunteisuus, oppilastuntemus ja oman persoonan vaikutus ovat tärkeitä osatekijöitä onnistuneen tunnin luomisessa. Sirkusopettajien haastattelun mukaan ”sirkus ei ole avain onneen”, vaan kaikki riippuu opettajasta, ja siitä miten tämä ohjaa ryhmäänsä. Puitteet onnistumiseen voidaan luoda vaikkapa sillä, että hajautetaan toimintaa niin, ettei yhtä ihmistä katsota. Laitetaan monta mattoa vierekkäin, ja käydään jännittäjän kanssa suoritettava liike läpi ennen omaa vuoroa. Myös lapsuuden traumoja ja ikäviä kokemuksia pystyttiin purkamaan näillä sirkustunneilla.

”Ja sit ku muistaa että lapsena ei ikinä pystynyt kiipeämään köyttä ylöspäin. Et sit vaan katteli kun ne muut meni apinana ylös alas ylös alas ja sit sä oot sillee, mä en osaa. [...] Ja sit et uskalsi kokeilla niitä haasteellisempiakin juttuja nii se oli, itsensä voittamisen tunne oli aika hieno.” (OP3)

Seuraavaksi tärkeimpänä merkityksellisenä asiana mainittiin monipuolisuus. Monipuolisuus käsitteenä pitää sisällään useita ajatuksia, toimintoja ja osaluokkia. Sirkus liikuntalajina tarjosi jokaiselle jotakin. Erilaiset variaatiot tehtävistä, eriyttäminen ylös- ja alaspäin, välineistön monipuolisuus, sirkusopettajien kekseliäisyys ja idearikkaus sekä emotionaalisten ja sosiaalisten taitojen opettelu muodostivat sirkusjaksosta monipuolisen kokemuksen. Kaikkiin lajeihin ja harjoitteisiin oli monenlaisia variaatioita, ja mahdollisuuksia tekemiseen oli useita. Tuttuihin leikkeihin oli keksitty jotain uutta, ja vaihtoehtojen olemassaolon huomauttaminen ilahdutti opiskelijoita.

"Et sen ei tarvi olla sitä, ihan näitä perusrekkejä ja pukkihyppelyitä. Et se voi olla niin paljon muutakin." (OP2)

"Se hattujuttu. Pieniä asioita, mut sitten niistäkin sai hienon näköisiä yhdistelmiä tehtyä." (OP5)

"Tuli aina se, et miten tätä voi sitte vähä helpottaa tai vaikeuttaa." (OP1)

Monipuolisuus näyttäytyi hyvin myös siinä, kuinka yksityiskohtaisesti ja konkreettisesti opiskelijoille kerrottiin harjoitteiden kehollisuudesta. Esimerkiksi kehon keskilinjan ylittäminen, tasapainoon vaikuttavat tekijät tai toisen avustaminen liikkeessä osattiin sanoittaa ja näyttää hyvin. Harjoituksia tehdessä opiskelijoille annettiin riittävästi aikaa pohtia niistä syntyviä kehollisia tunteita. Opiskelijat oppivat hahmottamaan tekemisen kautta harjoitteiden syitä ja seurauksia. Omaa kehoa opittiin tarkkailemaan paremmin.

"Jotenkin se oli tosi kokonaisvaltaista, ne harjoitteet oli tosi monipuolisia, ja sit niissä oli kaikissa jonkunlainen kehollisuus ja aistillisuus." (OP1)

"Se aina näytti että sitte tuut ja otat tosta kiinni ja teet näin." (OP11)

Aistillisuus, visuaalisuus ja draama koettiin myös osana monipuolisuutta. Sirkuksen avulla on mahdollista ilmaista itseään, esteettisyyttä unohtamatta.

Esiintymisen elementti saatiin mukaan harjoitteisiin pienillä asioilla, ja kokemus esiintymisestä tavoitti useat vastaajat.

”Ja sit siihen liittyvä draama ja tarinan rakentaminen siihen sen liikunnan ympärille. Kaikki se visuaalisuus mitä siihen liittyy.” (OP3)

Sirkustoiminnan ympärille oli vastaajien mielestä helppo rakentaa erilaisia juhlia ja teemoja, ja eri lajeja oli mahdollisuus yhdistellä. Sirkuksen avulla monenlaisista koulun juhlista on mahdollisuus saada toiminnallisempia, ja eri osa-alueita yhdistämällä laajat kokonaisuudet ovat saavutettavissa. Nykysirkusta nähneet vastaajat mainitsivat myös musiikin yhdistämisen sirkuslajeihin mahdollisuutena. Kaiken kaikkiaan sirkustoiminnan tuominen kouluihin ja sen siirrettävyys koulujen fyysisiin tiloihin ja koko koulukulttuuriin nähtiin ilahduttavana ja useimpien mielestä toteuttamiskelpoisena asiana.

”Et koko luokan toiminnalle voi olla paljon hyötyä tommosista jutuista.” (OP9)

Yhdessä tekeminen ja tunne yhteenkuuluvuudesta ryhmään mainittiin useasti. Yksi perustarpeista liikunnantunneilla on sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunne (Lintunen 2007; Salmela 2006). Saatuaan sosiaalista tukea oppilas alkaa todennäköisesti pitämään itseään pätevänä, mikä on avainasemassa sisäisen liikuntamotivaation saavuttamisessa (Kujala 2013; Liukkonen ym. 2007). Usein eri sanakääntein kerrotut kommentit kiteytyvät yhdessäolon kokemukseen ja yhdessä tekemiseen: ”Et sil on oikeesti väliä mitä sää teet siinä.”

Sirkusopettajat onnistuivat luomaan heti alusta alkaen ilmapiirin, jossa jokaisen oli turvallista ja luontevaa liikkua ja olla. Tämä ilmapiiri mahdollisti kokeilemisen ja uskalluksen, ja niiden myötä koetun yhteenkuuluvuuden tunteen. Yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sen merkityksellisyyttä määriteltiin samanarvoisuuden kokemuksilla, syrjinnän puuttumisella, iloisuudella sekä sillä, kuinka tämän jakson koettiin yhdistävän opiskelijoita ryhmänä.

"Että kaikki on samanarvoisia ja kaikki on hyviä ja kaikki pitää ottaa mukaan."
(OP10)

"Kaikki oli iloisia, kaikki hymyili siellä ja oli niin... Et musta tuntuu et se yhdisti jopa meidän, alottavien ja jatkavien ryhmääkin keskenään ku se sekottu siellä se porukka ja kaikille tuli yhteinen tekemisen fiilis." (OP4)

Positiivisuus, iloisuus ja hymyily olivat vahvasti läsnä sekä itse jaksolla että haastatteluissa. Viihtyminen näkyi selvästi ulospäin, ja sen merkityksellisyys on myös tutkittua (Palomäki & Heikinaro-Johansson 2011; Kujala 2013; Huhtiniemi 2019). Positiiviset kokemukset yhdessä tekemisestä ovat sirkusharrastuksen keskiössä (Kakko ym. 2013), ja näitä periaatteita toteutettiin tällä sirkusjaksolla onnistuneesti. Toisten huomioon ottaminen ja kannustaminen kuuluivat sekä opettajien että opiskelijoiden suista. Hyvä fiilis, iloinen asenne, into, heittäytyminen ja hauskuus olivat läsnä joka kerralla.

"Et siellä tuli semmosta keskinäistä tsemppaamista, että jos joku teki jotakin niin kaikki oli siellä sillee wou!" (OP5)

"Ja minkä innon se [sirkus] toi toimintaan! Siis minkä iloisuuden!" (OP4)

Kokemus itsensä alttiiksi ja paljaaksi asettamisesta nähtiin myös merkityksellisenä. Turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin myötä opiskelijat uskalsivat kokeilla uusia asioita omana itsenään, ilman pelkoa naurunalaiseksi joutumisesta. Tutkimus erilaisista tavoista vältellä tekemistä liikunnan tunneilla johtui ensisijaisesti kasvojen menettämisen pelosta (Lyngstad ym. 2016). Sirkuksen avulla tämän kaltaista pelkoa pystytään hälventämään.

"On aika ovelaa pukea ne [sirkuksen liikunnalliset harjoitteet] sirkuksen alle, niin siinä aikuisetkin ihmiset on ihan innoissaan" (OP11)

"Niin siinä ehkä riisuuntuu jotkut, jäykkyys ja naamiot. Koska ollaan sirkuksessa, niin sitte uskaltaa helpommin ehkä päästää -- heittäytyä." (OP8)

Yhteenkuuluvuuden kokemusta lisäsi myös kaverin auttaminen ja vertaisarviointi. Monia harjoitteita tehtiin pareittain, ja tämän koettiin edesauttavan tutustumista ja luontevaa yhdessä tekemistä. Sirkusopettajien haastattelun mukaan toiseen ihmiseen koskeminen saattaa olla monelle oppilaalle haastavaa. Murrosiän aiheuttamat fyysiset kokoerot, oman reviirin tarve ja tottumattomuus ovat usein syynä siihen, ettei toiseen uskalleta tai haluta koskea (Sirkusopettajien haastattelu 2018). Tätä tahtoa on opettajan syytä kunnioittaa, mutta samalla voi sirkuksen avulla tuoda esille luontevia ja tarvittavia kosketuksen muotoja, esimerkiksi toisen tukeminen tasapainoa vaativassa suorituksessa.

”Mulla oli yhdellä taikurikurssilla semmonen poika, sitä ei voinut mennä metriä lähemmäs. Kun yritin jotain temppua että anna kun käännän sun sormet oikein, niin se meni karkuun.” (Sirkusopettajien haastattelu)

Pariakrobaatiassa onkin tärkeää, että opettaja osaa ottaa huomioon oppilaiden kokoerot, ja osaa hienotunteisesti järjestää parin ottamisen tilanteet niin, ettei kukaan koe häpeää. Aikuisten opiskelijoiden keskuudessa tämä oli luonnollisesti helpompaa. Turvallisuus liikkeen teossa on kuitenkin huomioitava ensisijaisesti, eikä tarpeettomia riskejä saa ottaa.

Merkityksellisyyden kokemukset onnistumisessa, monipuolisuudessa ja yhteenkuuluvuudessa muodostivat tärkeän kokonaisuuden tutkittaessa opiskelijoiden mielipiteitä ja autenttisia kokemuksia sirkusjaksosta. Kaiken kaikkiaan sirkusjakso koettiin sisällöltään erittäin kattavaksi. Muihin liikuntalajeihin verrattuna sirkuksesta saatiin enemmän tietoa kuin monesta muusta lajista.

”Parasta mitä liikunnan erkkäopinnot meille tarjosi.” (OP9)

”Laadukkainta opetusta mun mielestä mitä ollaan saatu.” (OP8)

5.2 Opiskelijan pedagoginen ajattelu ja opettajaksi kasvaminen

Pedagogiikkaa on määritelty laajasti. Yleisesti ottaen se tarkoittaa opetus- ja kasvatustaitoa sekä tapaa, miten opetusta järjestetään. Siihen liittyy opetuksen toteutuksen lisäksi myös opetuksen suunnittelua, kehittämistä ja arviointia. Pedagogisesti ajatteleva opettaja ja kasvattaja tiedostaa ja arvioi omaa opetustaan, arvojaan sekä kasvatuksellisia periaatteitaan ja näkemyksiään. Pedagogisessa ajattelussa on nähtävissä opetus-opiskelu-oppiminen –ketjun tavoitteellisuus ja vuorovaikutus. (Syrjäläinen ym. 2014).

Sirkusjakso koettiin pedagogista ajattelua ja toimintaa tukevaksi ja inspiroivaksi jaksoksi, joka tarjosi osallistujille useita käytännön työkaluja ja runsaasti uusia ajatuksia. Itse osallistumisen ja itse tekemisen rinnalla kulki koko ajan mukana ajatus: Miten toimin oppilaiden kanssa? Pedagogiikka ja sen luonne oli ymmärretty hyvin, ja sitä osattiin poimia jakson harjoitteista.

”Niiltä tuli tosi hyviä pointteja just et miten lasten kanssa näitä asioita kannattaa sitte tehdä.” (OP2)

”Mun mielestä on ylipäättään hienoo et siellä tavallaan keskityttiin siihen pedagogiseen puoleen, niihin ratkaisuihin eikä siihen et me tehtäis siellä koko ajan kauheesti ehkä itse. Vaan myö tehtiin myös siellä, mut se et me myös mietittiin niitä et mitä me tehdään niitten lasten kaa, oikeesti niitä juttuja.” (OP6)

Sirkusjakson opettajia ja heidän kokemustaan arvostettiin. Oli selvää, että heidän ammattitaitonsa taustalla on vahva pedagoginen näkemys lasten ja nuorten kanssa toimimisesta.

”Siinä oli semmonen pedagoginen tausta ja pointti niillä harjoituksilla. Ja meille kerrottiin että myös et tätä voitte tehdä näin tai näin, tai tätä voi käyttää tämmösessä ja tämmösessä. Ja älkää tehkö näin.” (OP10)

Pedagoginen ajattelu ja pedagogiset ratkaisut sirkusjaksolla näyttäytyivät monipuolisesti ja vaihtelevasti. Konkreettisia esimerkkejä tästä olivat mm. eriyttäminen, sovellettavuus, siirrettävyys, riskien hallinta ja ajankäyttö. Eriyttämisellä tarkoitetaan oppilaan yksilöllisiin tarpeisiin vastaamista. Opettajan

työssä se tarkoittaa keinoja, joilla hän pyrkii tukemaan jokaisen oppilaan persoonallista kehitystä.

Eriyttämisellä ja yksilöllistämisellä pyritään huomioimaan erilaisia oppimisedellytyksiä ja ottamaan käyttöön ratkaisuja, joiden avulla kukin oppilas saa onnistumisen kokemuksia ja mahdollisuuden oppia omien vahvuuksiensa mukaisesti. Opettajan tehtävä on tarjota oppilaille yksilöllisiä haasteita yhteisöllisyyttä unohtamatta (Huovinen & Rintala 2013, 382).

Opetus ja harjoitteet oli suunniteltu niin, että kaiken tasoinen eteneminen oli mahdollista. Opettajaopiskelijat saivat myös jakson aikana oivalluksia siitä, kuinka monella tavalla erilaisia harjoitteita voi muokata ja soveltaa. Erilaisten opettamistapojen sekä erilaisten oppijoiden olemassaolo ja heidän ymmärtämisensä lisääntyi jakson aikana.

”Tavallaan mentiin koko ajan eteenpäin, mut sit tuli että hei, tässä sitten jos oppilaalla on vaikeuksii tän kanssa niin voi ottaa näin. Ja hei, tän voi tehdä myös tällä tavalla ja sit rullattiin eteenpäin.” (OP17)

”On monta tapaa tehdä asioita, eikä oo yhtä ainoota oikeeta.” (OP10)

Keskusteltaessa sirkuksen siirrettävyydestä alakouluihin mielipiteet jakautuivat. Toisten mielestä siirrettävyys oli mahdollista, eikä vaatinut opettajalta tai koululta erityisiä resursseja tai kalliita välineitä. Joidenkin mielestä taas sirkusmaisen toiminnan siirtäminen koulurakennuksiin ja voimistelusalaisiin veisi tekemisestä pois sen hohdokkuuden ja tunnelman, eikä se tällöin olisi kokemukseltaan enää niin vahva kuin sirkuksen tiloissa tehty ”sirkustelu”.

”Osa noista sirkuksen jutuista on semmosia mitä ei välttämättä koulus pysty. Esimerkiks niis verhois kiipeily sun muu.” (OP5)

”Et se vaatii sit sitä pedagogista mielikuvitusta että miten tämmöistä voi niillä koulun välineillä tehdä.” (OP1)

Siirrettävyydellä käsitettiin myös sitä, kuinka sirkusharjoitteita on mahdollisuus tehdä kouluissa liikuntasalien ulkopuolella. Tilan, konseptin ja kontekstin merkitys liikunnan opetuksessa nähtiin tärkeänä. Koulujen tiloja on mahdollista hyödyntää:

luokkahuoneet, käytävät ja välituntialueet soveltuvat hyvin sirkusmaiseen liikuntaan. Fyysinen todellisuus kouluissa on toisenlainen kuin ammattisirkuksessa. Tältä jaksolta opiskelijat saivat kuitenkin käytännön vinkkejä siihen, miten harjoitteita voi toteuttaa kouluissa. Sirkusharjoitteita oli pystytty siirtämään työelämään heti oman kokemuksen jälkeen, kun eteen oli tullut opettajan sijaisuus jakson päätteeksi.

"Välineitten lisäksi ne [sirkusharjoitteet] ei tarvi mitään erityistä tilaa, jossa pitäis olla jotain tiettyä. Vaan että niitä voi toteuttaa isossa ja pienessä liikuntasalissa, jossain käytävillä, ja just luokkahuoneessa, välitunnilla, pihalla." (OP10)

"Mä pystyin heti kaikki, sirkuksessa tehdyt jutut, niin mä oon käyttänyt niitä tyyliin kaikkialla nyt sijaisena ollessa." (OP7)

Sirkus miellettiin ennen kaikkea hauskaksi tavaksi tehdä asioita, ja siihen haluttiin pyrkiä omassa opettajuudessa. Hauskuus oli läsnä monissa harjoitteissa, ja leikin ja ilon kautta oppiminen koettiin tärkeäksi sekä itselle että oppilaille.

"That's the goal siinäkin mielessä, että ku miettii miten iloista meidän porukka oli siellä. Miten hauskaa ihmisillä oli. Tota se liikunta voi parhaimmillaan olla et siellä tunnilla porukka hihkuis ja naurais ja tykkäis tehdä ja oma-alotteisesti lähtis kokeilemaan uusia juttuja ja haluas harjoitella lisää. Siinä on tavoitetta. (OP10)

"On löytänyt hauskan keinon haastaa oppilaita tekemään ja ylittämään itsensä." (OP7)

Hauskuuden kautta löytyi myös väylä kokeiluun ja rentouteen. Sinnikkyys ja negatiivisten tunteiden käsittelytaito kasvoivat, kun ilmapiiri oli positiivinen. Omien mukavuusalueiden ulkopuolelle oli helpompi mennä, kun tekemisessä vallitsi luottamus ja yleinen myönteisyys.

"Sirkuksessa jotenkin innostuu enemmän!" (OP13)

"Oon suurin piirtein yhtä notkee kun rautakanki, mutta kyllä sitä silti halus kokeilla." (OP15)

Pedagogisen ajattelun ja opettajaksi kasvamisen haasteina nähtiin ennakkoluulojen häivyttäminen, tapojen ja tottumusten voima ja niiden kumoaminen sekä pelkojen kohtaaminen. Pelottavaa saattoi aluksi olla erilaisten uusien liikkeiden tekeminen, tai vaikkapa omien ominaisuuksien virheellinen arvioiminen, jolloin "jengi vetää jarrut päälle" (OP7). Oman kasvamisen ja opiskelemisen myötä syntyneet käsitykset olivat paikoin syvään juurtuneita, mutta sirkuksen avulla pystyttiin purkamaan joitakin haitallisiksi koettuja ajatusmalleja. Näihin lukeutui mm. sukupuolisten stereotyyppien havaitseminen ja niiden käsittely. Sirkusjakso koettiin monin tavoin sukupuolitietoiseksi ja stereotyyppioita poistavaksi toiminnaksi. Myös muita ennakkoasenteita sirkusta kohtaan oli ehtinyt muodostua.

"Oppii ymmärtää erilaisia oppilaita ja opettajii. Suvaitsevaisuus ja semmonen kaikki mukaan ottavuus kuuluu jotenki niin perustavanlaatuisesti sirkukseen, siellä ei saa syrjiä." (OP8)

"Siinä oli tämmöstä hyvällä tavalla sukupuolitietoista ja stereotyyppioita tasoittavaa ja poistavaa toimintaa. Esimerkiks se että kaikki teki kaikkee." (OP1)

"Paljon monipuolisempaa mitä osas ajatella." (OP5)

"Sirkus ei oo pelkästään sitä pelleilyä." (OP1)

Joillakin jaksolle osallistuneilla opiskelijoilla oli negatiivisia ennakkoasenteita liikuntaa kohtaan, ja monet niistä olivat syntyneet kouluaikoina. Telinevoimistelua pidettiin usein tällaisten muistojen synnyttäjänä. Liikkeiden vaativuus, opettajan pedagoginen osaamattomuus ja autonomian puute olivat suurimpina syinä tähän, sekä se, että vaihtoehtoja ei ollut annettu. Sirkus puolestaan koettiin oivallisena tapana antaa oppilaalle valinnanvaraa ja kiertoteitä, sekä päästä itse vaikuttamaan tekemiseen.

"Ja tuskanhiki valuu, ku tuntuu ettei ikinä pääse sitä kieppiä, ja kaikki muut on jo päässyt sen." (OP10)

Opiskelijoille annettiin valinnanvaraa ja vapautta vaikuttaa itse tekemiseensä. Jos joku liike tuntui itsestä pahalta, tai aiheutti negatiivisia tunteita kuten ahdistusta tai pelkoa, oli mahdollisuus tehdä jotain muuta. Tämä itse määrittelemisen nähtiin tärkeänä osana viihtyvyyttä ja hyvää ilmapiiriä lisäävänä tekijänä.

"Jos tää tuntuu liian hankalalta, ni on se kiertotie." (OP7)

Suunnittelu ja ajankäyttö ovat oleellisia osia liikuntatuntien pitämisessä. Sirkuksen harjoitteet olivat opiskelijoiden mielestä hyvin suunniteltuja, joka näkyi selkeässä ohjeistuksessa, sopivissa haasteissa, turvallisuudessa ja avustamisen opettamisessa. Suunnitteluun saattoi myös lukea ammattitaidon ja asiantuntemuksen, joka näkyi siinä, miten erilaiset taidot opetettiin. Harjoitteiden kestoja pidettiin ideaalisena, ja niihin jaksoi keskittyä.

"Ja sit se oli musta mukava, kun ne [harjoitteet] ei kestäny mitään mahottoman kauaa." (OP12)

"Ne osas opettaa sen kuperkeikan just sillee miten se kannattaa opettaa." (OP9)

Ajankäyttö sirkuksen eri pisteillä oli suunniteltu niin, että jokainen ryhmä pääsi harjoittelemaan jokaisella pisteellä yhtä kauan. Opiskelijat olivat tarkkoja tästä: Jos kelloa ei ollut katsottu, ja vuoron olisi pitänyt jo vaihtua, tästä ilmoitettiin heti ohjaajille. Tämä tasapuolisuus nähtiin pedagogisesti ajatellen hyvin tärkeänä etenkin lasten kanssa toimiessa. Sirkustunnit myös etenivät loogisesti ja niissä tehtävät vaikeutuivat asteittain. Liikkeisiin ja harjoitteisiin lisättiin aina jotain pientä, tai jokin uusi elementti. Tekemiselle ja omalle kokeilulle annettiin sopivasti aikaa, ja sai itse tunnustella.

Toisaalta, sirkusopettajien ammattitaidon äärellä oltiin myös epäileväisiä: Voiko luokanopettajan ammattitaito yltää koskaan sille tasolle, että sirkusaiheisia

liikuntatunteja pystyisi toteuttamaan yhtä hyvin. Tähän pääsemiseksi yhtenä käyttökelpoisena keinona nähtiin videointi. Tunnit dokumentoitiin ja jaettiin jälkikäteen opiskelijoille niin, että kaikkien oli mahdollista katsella niitä ja tallentaa itselleen.

Luokanopettaja työskentelee usein monta vuotta saman ryhmän kanssa. Tämä nähtiin etuna verrattuna liikunnan aineenopettajan työhön, jossa opetettavia ryhmiä on paljon ja ryhmät vaihtuvat tiheään. Pitkäjänteisyys myös liikunnanopetuksessa oivallettiin tärkeäksi asiaksi. Luokanopettajalla on mahdollisuus ottaa sirkuksen rutiineja käyttöön oman luokkansa kanssa pikkuhiljaa. Monet yhdessä tekemisen taidot, kosketuksen harjoittelu ja totuttelu työskentelemään eri ihmisten kanssa vaativat usein aikaa.

"Yks haastavimmista asioista opettajalle on se ihmistuntemus, että tuntee ne lapset, että osaa löytää sen keskittien siinä. [...] Et tunnista mihin asti voi haastaa." (OP9)

Keskustelu pedagogisena työkaluna jäi monen opiskelijan mieleen positiivisena asiana. Harjoituskertojen aluksi keskustelupiiriin oli yhdistetty myös alkuverryttelyjä, joka koettiin onnistuneena ja toimivana yhdistelmänä. Harjoitteista ja niiden luonteesta puhuttiin ryhmän kanssa ennen niiden alkamista, ja harjoitusten lopussa oli keskustelupiiri kokemuksista. Luottamuksellisen ilmapiirin vaikutuksesta keskustelut koettiin miellyttäväksi tavaksi purkaa ääneen harjoituksista aiheutuneita tunteita. Piirissä opiskelijat uskalsivat kertoa kokemuksistaan ja tunteistaan: peloistaan onnistumisistaan ja toiveistaan. Se oli myös luonteva paikka kiitoksille.

"Siinä aluks kun kokoonnuttiin, ni sitte käytiin vähän läpi että mitä tänään tehdään, ja siinä tehtiin kaikki noi jäsenien pyörittely tsun muut. Vois toimia myös ihan koulus." (OP5)

"Siellä ringissä musta oli myös hyvä, että ne tavallaan kyseli just että mitä me halutaan." (OP13)

"Se oli kiva et oli aina se koonti." (OP8)

Vuorovaikutustaidot ja yhteistyötaidot olivat läsnä monissa harjoitteissa. Parit vaihtuivat, ryhmäkoot vaihtuivat, ja sirkusjaksolla tuli kohdattua läheltä monta uutta ihmistä. Yhteistyötaidot olivat edellytyksenä monien harjoitteiden onnistumiselle. Luokanopettajaopiskelijoilla oli lähes poikkeuksetta jo etukäteen valmiudet hyvään yhteistyöhön, eikä niitä tarvinnut tunneilla erikseen korostaa. Havaintona niistä kuitenkin keskusteltiin, ja todettiin niitä tarvittavan sirkusharjoitteissa.

”Et pitää kommunikoida ja toimia yhdessä, että se homma onnistuu.” (OP15)

Ymmärrys erilaisia oppijoita kohtaan kasvoi, sillä opiskelijat saivat itse kokea kolmen eri opettajan tyylien vaihtelevuuden ja merkityksen. Jokainen kolmesta sirkusopettajasta käytti erilaisia pedagogisia lähestymistapoja opetettaviin asioihin. Opiskelijat saivat jakson aikana tutustua kolmeen erilaiseen tapaan opettaa. Mitään tyyliä ei pidetty parempana kuin toista, ne koettiin ainoastaan erilaisina. Tämän ansioista opiskelijat pohtivat myös sitä, kuinka erilaisten oppijoiden tukeminen on mahdollista vaihtamalla itse opetustyyliä, tai kuinka samaa asiaa voi lähestyä monesta eri näkökulmasta.

”Tulee tavallaan sitä pedagogista ajattelua monelta eri ihmiseltä, niin et se ehkä auttaa kans jotenkin, tai siitä saa itelleen jotain pankkia mitä voi käyttää sitte.” (OP10)

Keskusteltaessa jakson harjoitteista ja niiden tallettamisesta mieleen käytettiin useasti sanaa pankki. Sillä haluttiin osoittaa, että harjoitteiden toivottiin säilyvän muistissa, ne koettiin käyttökelpoisiksi, ja että niitä haluttiin ottaa käyttöön myöhemmin omassa työssä.

Vaikka edellä puhuttiin sirkuksen siirrettävyydestä ja siitä, ettei mitään erikoisia välineitä tarvitse, heräsi opiskelijoiden keskuudessa kuitenkin huoli resurssien riittämättömyydestä kouluissa. Jotta liikunnantunnilla pystyisi toteuttamaan ideaalisia pedagogisia ratkaisuja, on niihin oltava riittävästi resursseja. Tässä yhteydessä esille nousi nimenomaan henkilöresurssien riittämättömyys. Yhden opettajan tai yhden aikuisen on monin paikoin mahdotonta ohjata, kannustaa, eriyttää ja hallita tilanteita liikunnantunnilla, joka on muutenkin opetustilanteena vapaamuotoisuutensa vuoksi haastava.

"Sit jos tota sirkushommaa haluais olla koulussa, niin sitte jos sulla on siinä joku 20 oppilaan ryhmä ja sä oot yksin siinä, niin se on tosi paljon haastellisempaa." (OP7)

Haastatteluissa tuli esiin lähimenneisyyden kokemuksia liikuntatuntien pitämisestä opetusharjoitteluissa ja opettajan sijaisuuksissa. Sirkusjakson kaltaisten tuntien pitäminen ja harjoitteiden vetäminen nähtiin vaivattomina, kun paikkana oli sirkus, ja opettajia oli kolme. Myös turvallisuudesta keskusteltiin sirkusharjoitteiden yhteydessä. Sirkuksella tehdyt harjoitteet miellettiin selkeän ohjeistuksen ja sirkuskäyttöön suunniteltujen välineiden vuoksi turvallisiksi toiminnaksi. Epäluuloa herätti ajatus omasta toiminnasta lapsiryhmän kanssa. Vaikka liikunta on opetettavana aineena riskialttiimpi kuin monet muut aineet, on turvallisuus kuitenkin taattava kaikissa olosuhteissa.

"Et miten sitte jos ei oo resursseja mihinkään ohjaajaan tai pienempiin ryhmiin, ni että miten sitte pystyy sitä turvallisesti tekemään?" (OP2)

"Ja taas tullaan siihen, että jos sä oot yksin niitten 20 tai vaikka 30 oppilaan kanssa." (OP10)

Myös koulun liikuntasalin mahdollisuuksista keskusteltiin. Toiset olivat sitä mieltä, että hyvän liikunnanopettajan ominaisuuksiin kuuluu mielikuvituksen käyttö välineiden ja tilan suhteen, ja että koulujen tiloihin on mahdollista saada aikaiseksi sirkusmainen miljöö. Toiset taas arvelivat, että koulujen tai liikuntahallien saleihin ei ole mahdollista luoda sirkusmaista ilmapiiriä; siihen tarvitaan oikea sirkus. Pelkästään hyvä välineistö ja hyvät ohjaajat eivät yksinään riittäneet luomaan sirkuskokonaisuutta, vaan siihen tarvittiin nimenomaan oma tila – sirkuksen maailma.

"Et siellä mennään vähän niinku eri maailmaan tavallaan." (OP15)

Lähes kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että yksi tärkeimmistä yksittäisistä liikuntatunnin onnistumisen edellytyksistä on hyvä suunnittelu. Hyvä suunnittelu pitää sisällään pedagogiikan ja konkreettisten harjoitteiden lisäksi liikkumavaraa yllätysten varalle. Harjoitteita on hyvä olla varastossa hieman enemmän kuin olisi tarpeen, jotta mahdollinen suunniteltua nopeampi eteneminen ei haittaisi tunnin kulkua.

"Ne oli niin hyvin ohjeistettuja ja suunniteltuja!" (OP9)

"Komplimenttina heille et hyvin tehty [tunnit]." (OP17)

Sirkusharjoitteissa pääsi usein tunnustelemaan omia rajojaan ja omaa henkilökohtaista reviiriään. Sirkus opetti kontaktin ottamista toiseen ihmiseen. Toisen lähelle meneminen ja toisen koskettaminen kuuluvat olennaisena osana sirkuksessa tehtäviin harjoitteisiin. Jokaisen ihmisen kokemus lähelle menemisestä ja lähellä olemista on oman historian ja kokemustaustan muokkaama. Keskustelemalla on mahdollista selvittää taustoja ja auttaa oppilasta toimimaan toisten kanssa, mutta kuitenkin omia rajoja kunnioittaen.

"Ja sit siinä saa hyvää luontasta keskustelua siitä oman kehon kunnioittamisesta ja omista rajoista, oman kehon rajoista." (OP1)

Omaehtainen kokemus kiusallisesta lähelläolosta auttoi ymmärtämään matalan kynnyksen tärkeyttä lähelläoloa vaativissa harjoitteissa. Joskus pelkkä kädestä kiinni pitäminen saattaa olla oppilaalle uusi ja omia rajoja koettelevaa. Oman ryhmän tunteminen ja ryhmäläisten tutustuttaminen toisiinsa ovat tärkeitä toimenpiteitä ennen kosketusta edellyttäviä harjoitteita.

"Niinhän se luokankin kanssa sitte on, että tunnet oppilaat niin tiedät sitte paremmin miten toimia." (OP6)

"Mä luulen et se on varmaan aika iso asia aika monellekin, että ei uskalla tai ei halua koskee siihen toiseen." (OP10)

Luonteva lähelläolo myös muun kuin oman sukupuolen kanssa nähtiin tavoittelemisen arvoisena asiana jo alakoulussa. Joskus ensimmäinen kosketus muuhun kuin omaan sukupuoleen oli haastateltavilla vasta yläkoulussa. Kaiken kaikkiaan, toisen kokemuksen ymmärtäminen vaatii herkkyyttä, empatiaa ja varovaisuutta.

Pedagogisesti ajatellen opettajaopiskelijat totesivat oppineensa jaksolta paljon. Myös itse liikuntaa ohjatusti harrastaneet ja sitä itsekin ohjanneet opiskelijat huomasivat oppineensa tältä sirkusjaksolta uusia asioita. Uutta tietoa ja taitoa on mahdollista kartuttaa koko ajan, samaten on mahdollista oppia ja

kehittyä koko ajan. Pitkään monipuolista liikuntaa ohjannut opiskelija kiteytti ajatuksiaan jaksosta näin:

”No emmä tiiä miten tää olis paremmin kannattanu tehdä. Tää oli hemmetin hyvä nytte. Tai helvetin hyvä.” (OP9)

5.3 Opettajan persoonan vaikutus opetukseen

Tässä osiossa tarkastelen opettajan persoonan roolia opetustilanteissa. Tärkeimpänä luonteenpiirteenä sirkusopettajissa pidettiin vuorovaikutustaitoja ja lämminhenkisyttä. Sirkusopettajat koettiin etupäässä iloisiksi persooniksi, jotka olivat taitavasti vuorovaikutuksessa sekä toistensa että opiskelijoiden kanssa. Ihmissuhdeosaaminen ja vuorovaikutustaidot ovat yhteistyökykyä, toisten tasa-arvoista kohtaamista sekä empatia-, kuuntelu- ja keskustelutaitoja (Hakala 1999, 34–35). Persoonan vaikutus opettamiseen ja opetustyöhön koettiin tärkeäksi. Opettaja on työssään läsnä ihmisenä ja persoonana.

”Mulle jäi mieleen ne vetäjät itsessään eniten.” (OP1)

”Mä muistan tän mieshenkilön, tän lämminhenkisen mieshenkilön.” (OP8)

Sirkusopettajien persoonia oli luonnehdittu monin tavoin. Heidän ominaisuuksista puhuttaessa käytettiin mm. termejä kuten iloisuus, hyvä asenne, osaaminen, vuorovaikutus, omat vahvuudet, huomioonottaminen, kyseleminen, rohkaus, nauru, sanoittaminen. Heidän toimintansa koettiin ylipäänsä järkeväksi: Harjoitusten syyt, tavoitteet ja tarkoitukset kävivät aina selkeäsi ilmi.

Heidän persoonalliset opetustapansa, itsensä likoon laittaminen ja oma innostus opetettavaan lajiin oli tarttuvaa ja ihailtavaa. Lämminhenkisyys, pedagoginen ja ammatillinen lahjakkuus, kärsivällisyys, ja uskallus mainittiin myös merkityksellisinä piirteinä. Oppilasmääristä ja suuristakin ryhmäkoista huolimatta liikunnanopettajan pitäisi jaksaa olla kiinnostunut, innostava ja myönteinen (Hakala 1999, 39–40).

Kun ohjaajan oma innostus ja ammattitaito opetettavaa lajia kohtaan on selvästi nähtävissä, on sillä myönteinen vaikutus oppimiseen ja mielenkiinnon säilymiseen tunneilla.

”Jos pitäisi koko yliopiston ajalta valita yksittäiset tunnit et missä on parhaiten saanu kiinni että miten pidetään hyvä liikuntatunti, niin nää oli ne.” (OP9)

”Sit ku tulee tommoset huippuammattilaiset, niin kyllä ittellä viel semmonen ekstrakiinnostus herää.” (OP15)

Kaikilla kolmella opettajalla oli oma persoonallinen tapansa opettaa. Heidät nähtiin innokkaina mutta kärsivällisinä. He osasivat ottaa huomioon joka tilanteessa opetettavan ryhmänsä. Ryhmäläisiltä kysyttiin usein mielipiteitä ja toiveita opetettavista asioista. Ylipäättään heidän asenteensa koettiin miellyttäväksi. He kohtelivat opiskelijoita järkevästi, kysellen ja ymmärtäen.

Sirkusopettajat osasivat hyödyntää hyvin omia vahvuuksiaan opetuksessa. He olivat tunneilla mukana omana itsenään, ja erään opiskelijan sanoin, ”tulivat siihen koko persoonallaan”.

”Ne tulee siihen [opetustilanteeseen] koko persoonallaan, ne jotenkin huokuu sitä sirkusta.” (OP10)

Sirkusopettajat näyttivät omalla esimerkillään mallia myös siitä, kuinka on siedettävä omia epäonnistumisia ja kuinka itselle on osattava nauraa. Sirkusopettajat opettivat lisäksi itsemyötätuntoa. Heidän esimerkkinsä avulla oli huomattavissa, että itseään kohtaan on hyvä olla armelias myös virheiden sattuessa. Huumorin merkitys opettamisessa ja oppimisessa tuli esille useasti. Tunneilla hassuteltiin, mutta myös epäonnistuttiin.

”Sä uskallat nauraa sille että hei no, en osannu.”(OP13)

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

"Kun pohdinta kirjoitetaan, on työ jo tehty." –Tuntematon.

Kuten tutkimuksen alussa kerrottiin monista seikoista, joita liikunnan tunneilla on mahdollisuus oppia, ja minkälaisia kasvatuksellisia аспекteja liikunta pitää sisällään, voidaan todeta sirkusjakson koskettaneen lähes jokaista niistä. Sirkuksen avulla on mahdollista opettaa ja oppia monenlaisia fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kasvuun liittyviä asioita. Sirkus on lajina ja liikuntamuotona niin monipuolinen, että harva liikuntalaji yltää itsessään samaan.

Johtopäätöksenä tehdyistä haastatteluista ja niistä saaduista tuloksista voidaan sanoa, että opiskelijoiden kokemukset sirkusjaksosta olivat positiiviset, jakso koettiin merkityksellisenä monin tavoin, ja että jaksoa voidaan pitää käyttökelpoisena työkaluna suunniteltaessa ja toteutettaessa liikunnantunteja peruskouluun. Haastateltavien vastauksissa näkyy selvästi useiden opetussuunnitelman eri osa-alueiden vaatimuksia täyttäviä ilmauksia. Sirkus lajina koettiin mielenkiintoiseksi ja monipuoliseksi. Merkityksellisyyttä löydettiin monista osa-alueista, ja sirkusjaksolta saadut kokemukset olivat kaikille osallistujille tärkeitä. Haastateltujen oma oivallus ja pedagoginen ajattelu saivat virikkeitä. Näin ollen on perusteltua väittää, että sirkus voi osaltaan auttaa lapsia ja nuoria saamaan koulun liikunnantunneilta merkityksellisyyden kokemuksia, mikä osaltaan edesauttaa mahdollisuuksia saavuttaa elämänkestävä positiivinen suhde liikuntaan.

Sirkustunnit saattoivat aluksi vaikuttaa mukavalta puuhastelulta, mutta syvemmässä tarkastelussa esille nousi monia pedagogisia seikkoja sekä sirkusopettajien vahvaa lajin hallintaa ja tilannetajua. Kun oppimista ja oivaltamista tapahtuu, sen huomaa usein itse vasta hieman myöhemmin. Haastattelujen tapahduttua noin kuukauden kuluttua itse jaksosta, oli oivallus ja oppiminen jo ehditty huomata.

Sirkus on laji, jolla on hyvät mahdollisuudet edesauttaa oppilaiden kiinnostusta liikuntaa kohtaan. Sirkusjakson monipuolisissa harjoitteissa

keskityttiin onnistumisen kokemuksiin ja tekemällä oppimiseen. Toistoja oli riittävästi, samaten eri lajeja. Jaksolla kaikki opiskelijat saivat onnistumisen kokemuksia taitotasoista ja taustoista riippumatta. Merkittävä havainto oli se, että yleisillä ja normaaleilla liikuntatunneilla hyvin pärjäävät eivät välttämättä loistaneekaan joka lajissa, vaan valokeilaan pääsivät myös harvemmin sinne yltäneet. Tämän kaltaiset kokemukset edesauttavat kehittämään itsetuntoa ja vaikuttavat myönteisen suhtautumisen kasvamiseen liikuntaa ja liikunnallista elämäntapaa kohtaan. Luokan ja ryhmän sisäisiä taitotasoeroja ei pystytty koskaan kokonaan häivyttämään, mutta se ei ole tarkoituskaan, vaan pyrkimyksenä tässä on pikemminkin tasoittava toiminta.

Sirkus lajina sopii uusimman opetussuunnitelman mukaisiin tavoitteisiin liikunnan opetuksen osalta. Aiemmat opetussuunnitelmaan kirjatut määrittelyt eivät välttämättä ole tukeneet tai sallineet tämänkaltaisen toiminnan sisällyttämistä koululiikuntaan, mutta opetussuunnitelmauudistusten myötä liikuntatuntien mahdollisuudet ovat laajentuneet. Lajitaitojen poistuminen ja niiden tilalle tullut luovuuden ja erilaisten taitojen käyttäminen ja opettaminen liikunnan opetuksessa ovat saaneet aikaan sen, että sirkusta voidaan kyseenalaistamatta sisällyttää peruskoulun liikunnan opetukseen kaikilla vuosiluokilla. Kyse on toisin sanoen siitä, että lajitaidot eivät vahvista perustaitoja, mutta perustaidot vahvistavat lajitaitoja (Pietilä 2016). Opetussuunnitelmassa (POPS 2014) korostetaan mm. jokaisen oppilaan taitotasoa vastaavaa eriyttämistä ja onnistumisen kokemusten tärkeyttä, ja sirkus vastaa hyvin näihin pääperiaatteisiin. Nykyään opettaja saa itse valita miten opettaa erilaisia motorisia perustaitoja, ja senkin vuoksi sirkus soveltuu opetuksen välineeksi. Sisäistä motivaatiota liikkumiseen ei ole mahdollista kaataa kehenkään ulkoapäin, mutta työkaluja sen saavuttamiseksi löytyy. Sirkus on yksi näistä työkaluista.

Merkityksellisyyden kokemuksia löytyi jaksolta runsaasti, eikä kaikkia esille tulleita merkityksiä ole mahdollista tämän tutkimuksen puitteissa tarkastella. Tärkeimpänä havaintona tälle osiolla on se, että tämä sirkusjakso oli jo ensimmäisellä toteutuskerrallaan näin merkittävä niin monelle opiskelijalle. Se kertoo myös siitä, että jakson tuominen yliopiston liikunnan valinnaisiin opintoihin oli hyvä ja onnistunut päätös. Jaksolle toivottiin myös jatkuvuutta siten, että myöhemmätkin vuosikurssit pääsisivät tutustumaan lajiin. Vaikka lähdin

tutkimaan alun perin sirkusjakson kokemuksia, nousi aineistosta esiin myös liikunnanopettajien koulutuksen kehittäminen. Tästä aiheesta käytävään keskusteluun tämä tutkimus tuo yhden näkökulman lisää, sekä uutta tietoa jakson toimivuudesta opettajien koulutuksessa.

Tämä jakso oli monen opiskelijan mielestä parasta, mitä luokanopettajakoulutus on heille tarjonnut. Tämä oli myös laadukkainta opetusta, mitä liikunnan valinnaiset opinnot olivat opiskelijoilla tarjonneet. Kurssia pidettiin myös liian lyhyenä, ja intoa olisi riittänyt pidempään ja perusteellisempaan harjoitteluun. Yhtensä haasteena nähtiin se, kuinka nämä sirkusasiat saataisiin toteutettua kouluissa. Ilmapiirin luominen ei välttämättä onnistu liikuntasaliolosuhteissa. Miljööllä on vaikutusta siihen, miten asiat koetaan. Pystyykö oma luokanopettaja olemaan myös sirkusopettaja? Muuttuuko liikuntasali sirkukseksi? Joskus voi tuntua siltä, että koulu tilana rajoittaa mieltä ja kehoa. Tilankäytön vaihtelu voi synnyttää uusia harjoitteluideoita tai lisätä luovuutta. Vastauksia näihin kysymyksiin on mahdollista saada tutkimalla aihetta lisää, ja nimenomaan siirrettävyyden osalta: Miten luokanopettaja onnistuu tuomaan sirkusta liikunnantunneille, ja miten se otetaan vastaan.

Avainsanana tässä tutkimuksessa on merkityksellisyys. Jos nykytutkimukset osoittavat, että lapset ja nuoret eivät koe liikuntaa enää yhtä merkityksellisenä kuin ennen, niin sirkuksen osalta voidaan sanoa, että merkityksiä löytyi runsaasti. Tosin tutkimuskohteena olivat aikuiset opiskelijat, eivät lapset ja nuoret. Sirkus koettiin itsessään merkityksellisenä. Merkityksellisyyden osa-alueita löytyi monia, ja useat niistä olivat yhteydessä viihtymiseen. Jos viihtymisen edellytyksenä pidetään kolmen psykologisen perustarpeen tyydyttymistä, niin tämä jakso tuotti kaikkia niitä: autonomiaa, pätevyyden kokemuksia ja yhteenkuuluvuuden tunteita.

Sirkusopettajien puheenvuoroista kävi ilmi, että tietoisuuden lisääminen sirkuksesta lajina nuorten keskuuteen pidetään tärkeänä. Lapsilla ja nuorilla ei ole tarpeeksi tietoa sirkuksen luonteesta ja sen mahdollisuuksista, joten sitä ei sen vuoksi kenties osata arvostaa. Jaksolle osallistuneet opettajaopiskelijat olivat tästä samaa mieltä, ja yhdessä haastattelussa esitettiinkin toive saada jokaisesta liikuntalajista yhtä paljon tietoa kuin sirkuksesta.

Sirkusjakson tuoma innostus ja myönteinen asenne tulevat mitä todennäköisimmin välittymään opettajalta oppilaalle opettajaopiskelijoiden

siirtyessä työelämään. Tutkimuksen tulokset osoittavat kurssin olleen kiinnostava, tarpeellinen ja hyödyllinen. Tämän valossa on syytä toivoa, että tämä ei jäisi kokeiluluontoiseksi, vaan että sirkusjaksosta saisivat nauttia myös tulevat opiskelijat, ja että vuosien kuluessa pystyttäisiin tutkimaan sirkuksen käytön vaikutuksia peruskouluissa.

Tällä tutkimuksella voidaan myös osoittaa, että sirkuksen avulla on mahdollista nostaa motivaatiota liikuntaa kohtaan, ja muuttaa koulun liikuntakulttuuria. Sirkus soveltuu hyvin osaksi alakoulun liikunnanopetusta. Suuri pohdinnan aihe lieneekin se, kuinka aikuisten opiskelijoiden kokemukset ovat siirrettävissä tai tulkittavissa lasten ja nuorten maailmassa. Jos aikuisopiskelijasta on turvallista tai jopa helppoa mennä oman mukavuusalueensa ulkopuolelle ja kokeilla jotain uutta ja pelottavaa, epäonnistumisen uhallakin, niin miten lapsi pystyy siihen?

Jakson aikana oivallettiin, että luokanopettaja voi opettaa monia taitoja olematta itse ammattilainen. Opettajankoulutuksessa ei ole mahdollista antaa täydellisiä valmiuksia kaikkeen. Ajattelun avartuminen ja erilaisten vaihtoehtojen näkeminen olivat pedagogisesti ajatellen tärkeitä oppimiskokemuksia. Pedagoginen ajattelu näkyikin haastatteluvastauksissa hyvin, ja onkin tarkoituksenmukaista pitää tällainen jakso opintojen loppupuolella, jolloin ajattelun taidot ovat jo saaneet kehittyä opiskelijoissa, ja ”sisäinen opettaja” on alkanut herätä. Sirkusjaksoa kuvattiin mm. seuraavasti: ”Pedagogisesti paras kurssi yliopistossa”, ”Koko vuoden paras kurssi” ja ”Sai sellaisia pedagogisia ja didaktisia vinkkejä, mitä tältä koulutukselta halusikin”. Jakson aikana oivallettiin itse tekemisen tärkeys: Ei sivusta seuraaminen, vaan itse kokeminen, reippaan tekemisen tärkeys. Että oivaltaa milloin on puhuttu tarpeeksi.

Oli upeaa huomata mitä innostuneisuudella saa aikaan. Ilo, osallisuus, yhteistyö, viihtyminen ja kannustus olivat kiinteästi mukana jakson jokaisessa vaiheessa ja harjoitteessa. Onnistumisen kokemukset olivat yksilöllisiä, ja niitä sateli joka suunnalta. Erilaisten taustojen ja taitotasojen huomiointi, harjoitteiden sovellettavuus ja yhdisteleminen, ihmisten välinen vuorovaikutus sekä myönteinen ilmapiiri tekivät jaksosta sellaisen, jonka jokaisen liikuntaa opettavan henkilön kannattaa pitää ohjenuorana liikunnantuntein motivaatioilmastoa ja viihtyvyyttä ajatellessa. Sirkus on käyttökelpoista, sirkus on hauskaa, sirkuksen avulla oppii erilaisia taitoja, sirkus liikuttaa. Sirkuksen avulla on mahdollista tuoda

koulun liikunnantunneille elementtejä, jotka edesauttavat viihtymistä, ja täten edesauttavat liikunnallisen elämäntavan syntymistä.

Sirkuksen ollessa vähän tutkittu aihe kasvatustieteiden tiedekunnassa, ja ottaen huomioon sirkuksen luonteen, oli perusteltua käyttää tutkimuksen lähteinä myös kokemusasiantuntijoita. Kokemusasiantuntijat täydentävät tieteellisiä lähteitä, ja heidän avullaan voidaan löytää uusia näkökulmia tutkittavaan asiaan. Kokemusasiantuntijoina tässä tutkimuksessa esiintyvät kolme sirkusopettajaa sekä yksi sirkuksen muu työntekijä.

Sirkusta peruskoulun yhtenä liikuntamuotona on tarkasteltu tässä ikään kuin tapaustutkimuksena: Yksi sirkusjakso yhden opiskelijaryhmän kanssa yhtenä keväänä. Jotta sirkuksen merkityksiä ja mahdollisuuksia saataisiin laajemmin selville, olisi tutkittava useampia kokemuksia ja haastateltava useampia asianosaisia. Tämän tutkimuksen tuloksista kumpuava ylenpalttinen myönteisyys arveluttaa hieman, ja antaa aihetta pohdintaan. Onko kyseessä harvinaislaatuinen ja ainutkertainen ilmiö? Koetaanko sirkuksen opiskelu aina tällä tavoin? Kuinka paljon opettajan persoonalla on vaikutus kokemuksiin? Jos jakso toteutettaisiin tulevaisuudessa sisällöltään samankaltaisena, mutta sen vetäisivät eri opettajat, olisi mahdollista saada selville lisää opettajan persoonan vaikutuksesta opetukseen.

Edellä mainitun pohdinnan lisäksi vielä enemmän kiinnostaa se, kuinka tämän jakson sisällöt otetaan vastaan peruskouluissa. Se, että liikuntaan erikoistuville luokanopettajaopiskelijoille on tarjottu mahdollisuus tutustua sirkukseen tällä tavoin, ei vielä itsessään takaa sitä, että näitä oppeja viedään koulujen liikuntatunneille. Ja jos niitä viedäänkin, niin kuinka onnistuneesti ne saadaan sujumaan ja miten ne otetaan vastaan. Tässä vasta päästäänkin siihen ytimeen, mihin tällä kaikella alun alkaen on pyritty: Saamaan koululaiset viihtymään liikunnantunneilla. Jos tutkittaisiin sirkuksen vaikutuksia liikunnantunnilla viihtymiseen, voitaisiin päästä lähemmäksi käyttökelpoisia tuloksia. Tämänkaltaisen tutkimuksen tekemiseen tarvittaisiin opettaja, joka on läpikäynyt sirkusjakson, ja opetettava luokka tai ryhmä, johon hän sirkuselementtejä toisi. Lisäksi, mikäli tutkittaisiin nimenomaan muutosta, minkä sirkus on asenteisiin tai viihtymiseen tuonut, pitäisi olla käytettävissä myös vertailukelpoista aineistoa liikunnantunnin ilmapiiristä ilman sirkusta. Jotta tuloksia saataisiin, olisi sirkusta tutkittava nimenomaan kouluympäristössä ja

luokanopettajan vetämänä. Nyt me tiedämme sirkuksen vaikutuksista aikuisiin, jo valmiiksi innostuneisiin aikuisiin, ja jäämme innolla odottamaan tutkimusta sen vaikutuksista lapsiin ja nuoriin.

Nyt tehty haastattelututkimus on hyvä alku. Kiinnostus sirkukseen on ilmeistä, ja siihen kannattaa tarttua. Jatkotutkimuksen aiheina voisi olla vaikkapa sirkuksen vaikutukset liikuntatunteihin, tai miten toteuttaa käytännössä sirkusta koululuokille liikunnallista vuosisuunnitelmaa laatiessa. Sirkuksen avulla voi opettaa monia motorisia perustaitoja ja välineiden käyttöä, mutta paljonko sitä on mahdollista tai järkevää ujuttaa koululiikuntaan, on jo toisen tutkimuksen paikka.

Tämän sirkusjakson myötä myös opiskelijoiden ajattelun taidot lisääntyivät. Erilaisten opetustyylien näkeminen ja kokeminen auttoivat ymmärtämään, kuinka oppiminenkin saattaa tapahtua eri kanavien ja toimintatapojen kautta. Oivalluksena vanhasta sananlaskusta ”Elämä on 10% sitä miten sen elää ja 90% miten sen ottaa” sirkus opetti, kuinka on mahdollista suhtautua asioihin kevyesti. Mitä tahansa tunneilla ja harjoituksissa tapahtuikin, otettiin vastaan avoimesti, hyväksyvästi ja hymyillen. Epäonnistumiset sallittiin, ja ne jopa loivat ympärilleen inhimillisyyden ja hyväksynnän kentän.

Ainoana esteenä sirkuksen viemiselle koulun liikuntatunneille nähtiin mahdollinen miljöön ja välineistön puutteellisuus. Vaikka erään opiskelijan sanoin ”hernepusseja löytyy joka koulusta”, ei se vielä tarkoita, että jokaisesta koulusta löytyisi välttämättä välineitä toteuttaa sirkusharjoitteita tässä laajuudessa kuin mitä niitä meille esiteltiin, ja sillä tavoin, että liikunnanopetuksen tavoitteet toteutuisivat.

Sirkusjakson opettajat osoittivat opiskelijoille ammattitaitonsa ja monipuolisuutensa lisäksi myös inhimillisiä ominaisuuksia. Heidän lähestymistapansa opiskelijoihin oli välittävä, kiinnostunut ja lämmin. Mikäli opettaja haluaa saavuttaa tuloksia oppilaidensa keskuudessa, on hänen oltava kiinnostunut oppilaistaan. Kysyttäessä keneltä tahansa muistikuvia positiivisesti mieleen jääneistä opettajista omasta nuoruudestaan, on vastauksena lähes poikkeuksetta sellainen opettaja, jolla on edellä mainitun kaltaisia ominaisuuksia. Tämä pätee kaikkiin opettajiin, mutta erityisesti liikuntaan. Liikunnan tunneilla ollaan niin avoimesti esillä ja auki, omalla keholla, alttiina haavoittumaan. Liikunnanopettajan on ymmärrettävä kehon henkilökohtaisuus, ja omalta osaltaan tuettava lasta ja nuorta arvokkaana kokonaisuutena.

Sirkus ja temppuilu kuuluvat kiinteästi yhteen. Temppuילulla on myönteisiä vaikutuksia fyysiseen kehitykseen, ja nykyään lasten luonnolliset, temppuילuun sopivat leikki- ja liikuntaympäristöt ovat kaventuneet. Sirkuksessa pääsee kiipeilemään, riippumaan, hyppimään, heilumaan, pyörimään, kieppumaan ja juoksemaan. Siellä pääsee siis harjoittamaan kestävyyttä, voimaa, nopeutta, ketteryyttä, tasapainoa, reaktiokykyä ja monia muita taitoja.

Sirkuksen hyvinvointivaikutuksia olis syytä myös tutkia enemmän, sillä saatuja tutkimustuloksia olisi mahdollista käyttää perusteluina sirkuksen rahoitushankkeisiin. Erityisen tärkeää olisi tuottaa määrällistä tutkimusta, sillä tähänastinen sirkuksen tutkimus on ollut pääosin laadullista ja kuvailevaa. Sosiaalisen sirkuksen kannattavuutta voidaan perustella lukuisilla yhteiskunnallisilla hyvinvointivaikutuksilla: kulttuurien kohtaamisella, työ- ja opiskeluelämään hakeutumisen edistämällä, henkilökohtaisella kasvamisella, omien vahvuuksien löytämisellä ja sillä, että sirkus on ilmaisukanavana ja taiteena yhteiskunnallinen vaikuttaja. (Silius 2018.)

Tutkimuksen tekeminen sirkuksesta yhtenä peruskoulun liikuntamuotona oli opettavaista ja työlästä, mutta kuitenkin antoisaa. Sekä jaksolle osallistuminen että sen tutkiminen kokonaisuutena antoi syvemmän ja kokonaisvaltaisemman kuvan aiheesta, kuin pelkän osallistumisen perusteella olisi ollut mahdollista. Tutkimuksen tekeminen myös auttoi tutkijaa itseään kehittymään entistä paremmaksi liikunnanopettajaksi. Tutustumalla syvällisesti opettajaopiskelijoiden autenttisiin kokemuksiin sirkusjaksosta oli antoisaa ja mielenkiintoista. Haluan kiittää kaikkia tutkimukseen osallistuneita opiskelijoita, sekä omaa yliopiston liikunnan opettajaani, jota ilman tätä tutkimusta ei olisi syntynyt.

7 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

”Opintosuoritukseni ovat omaa tuotantoani.” –Susanna Lehtonen

Tutkimuksen toteuttamista ja luotettavuutta ei voida pitää toisistaan erillisinä tapahtumina. Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyn tutkimuksen luotettavuuden kriteeri on viime kädessä tutkija itse. Hänen rehellisyytensä, tekonsa, valintansa ja ratkaisunsa ovat luotettavuuden arvioinnin kohteena. Tutkijan on pystyttävä kuvaamaan mistä valintojen joukosta valinta on tehty, mitä nämä ratkaisut ovat olleet sekä miten niihin on päädytty. Tutkijan pitää myös arvioida ratkaisujensa tarkoituksenmukaisuutta ja toimivuutta. (Vilkka 2015, 126.) Tutkimuseettinen neuvottelukunta on antanut ohjeita ja ajatuksia siitä millainen on hyvä, luotettava ja uskottava tutkimus (Kuula 2006, 34). Keskeisiä lähtökohtia tälle ovat mm. rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus jokaisessa tutkimuksenteon vaiheessa, asianmukainen viittauskäytäntö, avoimuus, rahoitus, raportointi ja vastuullisuus. Ensisijaisesti hyvästä tieteellisestä käytännöstä vastaa tutkija itse (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012).

Tulosten kokoaminen ja arviointi ja teemoittelu oli sekä mielenkiintoisin että haastavin vaihe. Tulkinta on aina intuitiivista ja tuloksiin vaikuttaa tutkijan oma tulkinta. Entä vaikuttaako tutkijan oma arvomaailma? Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkija ja tutkittavat ovat vuorovaikutussuhteessa toisiinsa.

Laadullinen tutkimus ei ole koskaan sellaisenaan toistettavissa (Vilkka 2015, 126–128). Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole totuuden löytäminen, vaan näyttää tulkintojen avulla jotakin, jota ei ole välittömästi havaittavissa (Vilkka 2015, 75–76). Haastattelussa tai fokusryhmähaastattelussa yksi keskeinen haastattelijan tehtävä on tukea kaikkien osallisuutta. Haastattelijan on pidettävä huolta siitä, että kukaan ryhmästä ei pääse normittamaan keskustelua, eli antamaan sille ehdotonta suuntaa. Tutkimuksen tärkeä tehtävä on myös olla

emansipatorinen. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkittavat eivät ole pelkästään tiedon tuottamisen välineitä, vaan että myös heidän oma ymmärryksensä tutkimuksen aiheesta lisääntyy. Tutkittavien ajattelu- ja toimintatapoihin on mahdollisuus vaikuttaa myönteisesti, ja heidän on myös mahdollista luoda oma keskustelukulttuuri käsiteltävästä asiasta. (Vilka 2015, 80–81.)

Tutkimusetiikka ja etiikka ylipäättään kulkevat tutkijan mukana tutkimuksen alusta loppuun. Kaikki moraaliset päätökset ja valinnat sekä nykyinen yleinen tietosuoja-asetus GDPR (General Data Protection Regulation) sekä tietosuojalaki ja laki yksityisyyden suojasta ohjaavat tutkimuksen tekijää (atea.fi). Yliopistojen tehtävä on tarjota puitteet hyväksytylle tietosuojallekäytännöille, mutta viime kädessä tutkija vastaa itse käytännön soveltamisesta omaan työhönsä.

Tutkimusetiikan pääkohdat ovat seuraavat:

- 1) Aineiston hankinnan juridiikka: Tekijänoikeus ja yksityisyys
- 2) Tutkittavien informointi
- 3) Aineiston arkaluonteisuuden huomioon ottaminen
- 4) Anonymisointi, tunnistettavuus ja arkistointi

Kyseisessä tutkimuksessa ei ollut minkäänlaisia tekijänoikeudellisia näkökulmia tai teoksia. Haastatteluilla pyrittiin saamaan käsityksiä koetusta ilmiöstä ja kohteesta. Tutkimusaineisto sinällään ei ylitä teoskynnystä. Yksityisyyteen on jokaisella ihmisellä oikeus. Kuulan teoksessa Tutkimusetiikka määritteli yksityisyyttä mm. näin: ”Ihmisillä tulee olla mahdollisuus rajoittaa omaa itseään koskevan informaation pääsyä ympärillään oleville ihmisille.” Tämä tutkimuseettinen puoli selvitettiin haastateltaville suostumusvaiheessa. Heille kerrottiin yksityiskohtaisesti, kuinka heihin vastaajina tullaan kenties viittaamaan, ja millä eri tavoin heidän henkilöllisyytensä on suojattu. Luottamuksellisuus, vaitiolo- ja salassapitovelvollisuus toteutuivat myös hyvää tieteellistä tapaa noudattaen.

Tutkittavien informointi sujui ongelmitta. Tutkimusaineiston käyttötarkoitus, tutkittavien vapaaehtoinen osallistuminen, tutkimuksen tavoite sekä tutkijan ja yliopiston yhteystiedot olivat selkeästi osallistujien tiedossa ennen haastattelujen alkamista. Haastateltavien mahdollisuus keskeyttää missä tahansa vaiheessa oli

ainoa tutkijan näkökulmasta katsottuna tiukka sääntö. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että kesken haastattelun nauhan pyöriessä osallistuja oli oikeutettu poistumaan tilanteesta syytä esittämättä. Tosin tämä seikka edesauttaa sitä, että osallistujille ei tule missään vaiheessa tutkimusta painostavaa oloa. Informointi suoritettiin sekä kirjallisesti kutsussa osallistua, että vielä suullisesti ennen haastattelujen alkua.

Arkaluonteiseksi materiaaliksi lasketaan tutkittavien sosiaalityöt, rikokset, terveydentila, uskonnollisuus, poliittiset asenteet sekä seksuaalisuutta koskevat kysymykset. Näitä elämänalueita ei tutkittu, eikä sellaisiin edes epäsuorasti viitattu. Myöskään haastattelujen edetessä näihin aiheisiin ei keskustelu mennyt suunnittelemattomasti missään tilanteessa.

Anonymisointi tarkoittaa tunnistettavien tietojen poistamista haastatteluista. Sillä pyritään suojaamaan tutkittavia negatiivisilta vaikutuksilta, joita tutkimukseen osallistuminen mahdollisesti voisi altistaa. Laadullisen tutkimuksen keskeisimmät anonymisoinnin tavat ovat henkilönimien ja muiden erisnimien poistaminen tai muuttaminen, arkaluonteisten tietojen poistaminen tai muuttaminen sekä taustatietojen luokittelu kategorioihin. Pseudonyymejä eli erisnimien peitenimiä ei tässä tutkimuksessa päätetty käyttää, ja haastateltaviin päätettiin viitata vain järjestysluvulla. Myös sukupuolen tunnistetut päätettiin poistaa aineistosta tasa-arvoisuuden nimissä. Aineistoa säilytetään tutkijan kotona, kunnes tutkimus on julkaistu. Aineistoon ei ole edes osittaista pääsyä kenelläkään muulla kuin tutkijalla itsellään. Tutkijan kotona asuu tutkijan lisäksi yksi alaikäinen lapsi, jolla ei ole minkäänlaista tietoa edes aineiston olemassaolosta, saati säilytyspaikasta. (Kuula 2011.)

8 LÄHTEET

van Aart, I., Hartman, E., Elferink-Gemser, M., Mombarg, R. & Visscher, C: Relations among basic psychological needs, PE-motivation and fundamental movement skills in 9–12-year-old boys and girls in Physical Education. Journal: Physical Education and Sport Pedagogy. Julkaistu verkossa 26.11.2015. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17408989.2015.1112776>. Luettu 5.1.2019.

Alasuutari, P. 2014. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Domville, M., Watson, P M., Richardson, D. & Fisher Graves, L.E.: Children's perceptions of factors that influence PE enjoyment: a qualitative investigation. Journal: Physical Education and Sport Pedagogy. Julkaistu verkossa 2.1.2019. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17408989.2018.1561836>. Luettu 5.2.2019.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Finch, H. & Lewis, J. 2003. Focus Group. Teoksessa (toim.) Ritchie, J. & Lewis, J. 2009. Qualitative Research Practice. A Guide for Social Science Students and Researches. London: SAGE.

Gallahue, D. 1996. Developmental physical education for today's children. Madison: Brown & Benchmark.

Hakala, L. 1999. Liikunta ja oppiminen. Mitä merkitystä on kuperkeikalla? Jyväskylä: Gummerus.

Heikinaro-Johansson, P. & Hirvensalo, M. 2007. Liikunnanopetuksen suunnittelu. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell, 94–113.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu. Helsinki: University Press.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Huhtiniemi, M., Sääkslahti, A, Watt, A. & Jaakkola, T. 2019. Associations among Basic Psychological Needs, Motivation and Enjoyment within Finnish Physical Education Students. *Journal of Sports Science and Medicine* (2019) 18, 239–247. <https://www.jssm.org/volume18/iss2/cap/jssm-18-239.pdf>. Luettu 19.3.2019.

Huovinen, T. & Rintala, P. 2013. Yksilön huomioiminen liikuntapedagogiikassa. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 382–394.

Hyyppä, H., Kiviniemi, L., Kukkola, J., Latomaa, T. & Sandelin, P. 2015. Kokemuksen tutkimuksen ulottuvuudet. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 9. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201503252008>. Luettu 11.3.2019.

Jaakkola, T. 2002. Muutokset oppilaiden liikuntamotivaatiossa, koetussa fyysisessä pätevyyydessä sekä tavoiteorientaatiossa liikunnanopettajien täydennyskoulutusohjelman seurauksena. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 131.

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2013. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jaakkola, T. 2003. Hyvinvointia tukeva motivaatioilmasto liikunnan opetuksessa. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan*. Helsinki: WSOY, 139–150.

Jääskeläinen, L. Korpilauri, A. & Tikkanen, J. 1985. *Liikunnan didaktiikka*. Helsinki: Otava.

Kari, J. & Pönkkö, A. 2013. 113-vuotinen opettajankoulutus päättyy Kajaanissa – Kajaanissa liikunnanopinnot toteutettiin tutkimusperustaisesti. *Kasvatus* 44 (2), 212–218.

Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H., & Vuorinen, R. 2003. *Varhaisvuosien liikunta*. Jyväskylä: Gummerus.

Koivisto, K., Kukkola, J., Latomaa, T. & Sandelin P. 2014 (toim.). *Kokemuksen tutkimus IV. Annan kokemukselle mahdollisuuden*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Kokko, S., Martin, L., Villberg, J., Ng, K & Mehtälä, A. 2019. Itsearvioitu liikunta-aktiivisuus, ruutuaika ja sosiaalinen media sekä liikkumisen seurantalaitteet ja -sovellukset. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto, 15–25. vln_liitu-raportti_web_28102019-1.pdf. Luettu 12.3.2019.

Kokkonen, M. & Klemola, U. 2013. Liikunta tunne- ja ihmissuhdetaitojen opettamisen välineenä. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 204–235.

Kokkonen, J., Kokkonen, M. & Yli-Piipari, S. 2013. Koululiikuntaan liittyvät suoritususkomukset ja arvostukset liikunnan arvosanan selittäjinä. Kasvatus 44 (5), 522–532.

Koski, P. 2013. Liikuntasuhde ja liikuntakasvatus. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 96–124.

Koski, P. 2014. Liikunnalliseen elämäntapaan kasvattamassa. Kasvatus 45 (1), 74–78.

Krokfors, L. 1993. Tavoitteena ajatteleva opettaja. Teoksessa (toim.) Luukkainen, O. Hyväksi opettajaksi. Helsinki: WSOY, 52.

Kujala, T. 2013. Kertomuksia koululiikunnasta – suorittamisesta yhdenvertaisuuteen. Liikunta & Tiede 50 (1), 45–51.

Kujala, T. & Rantavuori, L. Helsingin Sanomat. Vieraskynä 21.9.2018. <https://www.hs.fi/mielipide/art-2000005835132.html>. Luettu 28.9.2018

Kujala, T., Hakala, L. & Asanti, R. 2012. Tämä hetki vai tulevaisuus – koululiikunta murroksessa. Kasvatus 43 (2), 171–181.

Kujala, T. & Saaranen-Kauppinen, A. 2015. Liikuntakulttuurin muutoksella kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Kasvatus 46 (5), 429–431.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Tampere: Vastapaino

Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell, 16–24.

Laakso, L., Nupponen, H. & Telama, R. 2007. Kouluikäisten liikunta-aktiivisuus. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell, 42–63.

Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2010 Ikkunoita tutkimusmaailmaan II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus. 28–45.

Latomaa, T. & Perttula, J. 2008 (toim.) Kokemuksen tutkimus: merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Lauritsalo, K., Sääkslahti, A. & Rasku-Puttonen, H. 2012. Internetin keskustelupalstalla kirjoitetaan koululiikunnasta: "Ja kaikki näkee, kun sä yrität". Kasvatus 43 (3), 255–267.

Lauritsalo, K. 2014. "Usually I like school PE, but..." School physical education described in internet discussion forums. Jyväskylän yliopisto. Studies in Sport, Physical Education and Health 207. Väitöskirja.

Lintunen, T. 2007. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P., Huovinen, T. & Kytökorpi, L. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell, 152–156.

Liukkonen, J., Jaakkola, T. & Soini, M. 2007. Motivaatioilmasto liikunnanopetuksessa. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, T. Huovinen & L. Kytökorpi (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell, 157–170.

Lyngstad, I., Hagen, P.-M. & Aune, O. 2016. Understanding pupils' hiding techniques in physical education, Sport, Education and Society, 21 (8), 1127–1143.

Lyyra, N., Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. 2016. Liikunnanopettajaopiskelijoiden valmiudet koulun liikunnallistamisessa. Liikunta & Tiede 53 (1), 47–53.

Lyyra, N., Heikinaro-Johansson, P. & Palomäki, S. 2018. Lasten ja nuorten kokemuksia liikunnanopetuksesta. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto 89–93. vln_liitu-raportti_web_28102019-1.pdf. Luettu 22.3.2019.

Lyyra, N., Ojala, K., Tynjälä, J. & Välimaa, R. 2018. Liikunta-aktiivisuuden yhteydet lasten ja nuorten terveyteen ja terveyskäyttäytymiseen. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa:

LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto 130–141. vln_liitu-raportti_web_28102019-1.pdf. Luettu 22.3.2019.

Mäki-Havulinna, J. 2018. Opettajan merkitys tukea tarvitsevan oppilaan koulupäivässä. Tampereen yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Tampere: University Press.

Niemistö, R. 2007. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Tampere: Tammer-Paino.

Ojala, A.-L., & Itkonen, H. (2014). Nautinnonhalu vie voitonjanon: Lumilautailu ja urheilun muuttuvat sosialisatioympäristöt. Kasvatus ja aika, 2014 (4), 7-19. http://www.kasvatus-ja-aika.fi/site/?lan=1&page_id=655

Opettaja-lehti 1/2019. Saatavilla: <https://www.opettaja.fi/tyossa/psykologiaa-peliin-taman-takia-nykyoppilaat-viihtyvat-liikuntatunneilla/>. Luettu 5.2.2019.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Helsinki: Opetushallitus. Saatavilla: http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/perusopetus. Luettu: 29.1.2019

Palomäki, S. & Heikinaro-Johansson, P. 2011. Liikunnan oppimistulosten seuranta-arviointi perusopetuksessa 2010. Koulutuksen seurantaraportit 2011:4. Helsinki: Opetushallitus.

Polet, J., Lintunen, T. & Laukkanen, A. 2018. Koettu liikunnallinen pätevyys ja liikuntamotivaatio. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto, 75–82. vln_liitu-raportti_web_28102019-1.pdf. Luettu 23.3.2019.

Purovaara T. 2005. Nykysirkus – aarteita, avaimia ja arvoituksia. Helsinki: Cirko.

Rajala, K., Kämppi, K., Hakonen, H., Haapala, H. & Tammelin, T. 2018. Välituntiliikunta. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa: LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Helsinki: Valtion liikuntaneuvosto 94–97. vln_liitu-raportti_web_28102019-1.pdf. Luettu 22.3.2019.

Salmela, J. 2006. Koetun sosiaalisen tuen, pätevyyden, itsearvostuksen ja liikunnan yhteyksiä nuoruusiän kasvuvuosina. Chydenius-instituutin tutkimuksia 1/2006. Kokkola: Gummerus.

Sorin Sirkuksen opetussuunnitelma. Saatavilla: <http://www.sorinsirkus.fi/wordpress/wp-content/uploads/2018/06/Sorin-Sirkus-Opetussuunnitelma-2018.pdf>, viitattu 14.9.2018

Syrjäläinen, E., Jyrhämä, R. & Haverinen L. Praktikumikäsikirja 2014. Helsinki: Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitos.

Sääkslahti, A., Hakamäki, J., Holopainen, E., Laakso, T., Lemmetty, H., Luukkonen, S., Paukku, S. & Puttonen, J. 2012. Kirja liikunnasta 3 – 4. Helsinki: Sanoma Pro.

Taiteen perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2017. Helsinki: Opetushallitus. Saatavilla: https://www.oph.fi/download/186919_Taiteen_perusopetuksen_yleisen_oppimaaran_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf. Luettu 13.2.2019.

Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. 2013. Oppilaiden fyysinen aktiivisuus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 272. Jyväskylä: Opetushallitus. [oppilaiden-fyysinen-aktiivisuus_web.pdf](#). Luettu 23.3.2019.

Tampereen yliopiston opettajankoulutuslaitoksen opetussuunnitelma. <https://www10.uta.fi/opas/opetusohjelma/marjapuuro.htm?id=40085>. Viitattu 16.11.2018.
<https://www10.uta.fi/opas/opintojakso.htm?id=29882&lang=fi&lvv=2018&uiLang=fi> Luettu 16.11.2018

Telama, R. & Kahila, S. 1994. Liikuntakasvatus koulussa ja nuorisourheilussa. Teoksessa Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu: Tieteellinen katsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 90. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö, 149–188.

Terve koululainen -hankkeen verkkosivut. <https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/murrosian-muutokset/murrosian-fyysisia-muutoksia/>. Luettu 18.2.2019.

Toikkanen, J. & Virtanen, I.A. 2018 (toim.) Kokemuksen tutkimus: Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Saatavilla: <https://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto>. Luettu 18.2.2019.

Vanttaja, M., Tähtinen, J., Zacheus, T. & Koski, P. 2017. Liikkumattomuuden jäljillä: Pitkittäistutkimus vähän liikuntaa harrastavien nuorten liikuntasuhteesta ja liikunta-aktiivisuuden muutoksista. Helsinki: Nuorisotutkimusseuran verkkojulkaisuja 115.

Vilka, H. Tutki ja Kehitä 2015. Jyväskylä: PS-kustannus.

Walseth, K., Engebretsen, B. & Elvebakk, L.: Meaningful experiences in PE for all students: an activist research approach. Journal: Physical Education and Sport Pedagogy. Julkaistu verkossa 30.1.2018. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17408989.2018.1429590>. Luettu 5.2.2019.

Wilkinson, S. 2004. Focus group research. Teoksessa (toim.) Silverman, D. 2004. Qualitative research. Theory, Method and Practice. London: SAGE 177–199.

Vilpa, E. 1993. Hyvä opettaja 3. Teoksessa Luukkainen, O. (toim.) Hyväksi opettajaksi. Helsinki: WSOY, 152.

Yli-Piipari, S. 2011. The development of students' physical education motivation and physical activity: A 3.5-year longitudinal study across grades 6 to 9. Jyväskylän yliopisto. Studies in Sport, Physical Education and Health 170. Väitöskirja.

Muut lähteet

Haastattelu 31.8. 2016. Markku Pietilä, liikunnan OPS-työryhmän puheenjohtaja. Keski-Uusimaa. <https://www.keski-uusimaa.fi/artikkeli/428232-liikunnan-uusi-opetussuunnitelma-palauttaa-oppiaineen-takaisin-opettajille>. Luettu 27.3.2019.

Haastattelu 4.9.2018. Sirkusopettajat Juha Helppikangas, Laura Tikka & Jani Suihkonen. Sorin Sirkus.

Haastattelu 20.9.2018. Sohvi Silius. Sorin Sirkus.

Hyttinen, H. 2011. Sosiaalisen sirkuksen hyvien käytäntöjen opas. Tampere: Tutkivan teatterityön keskus.

Kakko, K., Karkkola, P., Kekäläinen, K. & Honkanen, N. 2013. Opas sirkuksen hyvinvointivaikutusten tutkimukseen. Tampere: Tutkivan teatterityön keskus

http://www.vaikuttavasirkus.fi/uploads/vaikuttava_sirkus_esite_netti.pdf.

Viitattu 28.9.201

Kinnunen, R. & Lidman, J. 2013. Hyvinvointivaikutuksia sosiaalisesta sirkuksesta Teoksessa (toim.) Kekäläinen, K. & Kakko, S-C. 2013.”Siellä on suupielet korvissa”. Hyvinvointivaikutuksia sosiaalisesta sirkuksesta. Tampere: Tutkivan teatterityön keskus

Sirkuspyramidi-lehti 3/2018. Suomen nuorisosirkusliitto.

Sirkuspyramidi-lehti 3/2017. Suomen nuorisosirkusliitto.

Sirkuspyramidi-lehti 3/2014. Suomen nuorisosirkusliitto

Keskustelupyyntö liittyen pro gradu -tutkielmaani

Hei sinä liikunnan erikoistuja lukuvuodella 2017–2018!

Olen tekemässä pro gradu -tutkielmaani liittyen keväällä 2018 kokemaamme sirkus-jaksoon. Tavoitteenani on vapaan pienryhmäkeskustelun avulla kartoittaa ajatuksia ja kokemuksia tästä jaksosta.

Pienryhmäkeskustelut tapahtuvat Tampereen Yliopiston tiloissa kevään 2018 aikana. Kukin keskustelu kestää maksimissaan tunnin. Keskusteluissa noudatetaan hyvää tieteellistä käytäntöä sekä hyviä tutkimuseettisiä periaatteita.

Keskustelut nauhoitetaan ja litteroidaan analyysiä varten. Tutkimuksen osallistujilta ei kerätä henkilötietoja. Keskusteluissa esille tulleet asiat raportoidaan julkaisussa tavalla, jossa yksittäisiä henkilöitä ei voida tunnistaa. Ääninauha tuhotaan sen jälkeen, kun keskustelut on kirjoitettu tekstitiedostoksi.

Toivoisin, että voisit osallistua tutkimuksen tekoon, sillä jokainen ajatus ja kokemus ovat tärkeitä! Aikataulut sovitellaan osallistujien toiveiden mukaan mahdollisimman helpoiksi. Keskustelujen moderaattorina ja herättelijänä toimii allekirjoittanut.

Saaduilla tuloksilla toivon voivani tuoda esiin sirkusosaamisen ja -opettamisen merkitystä niin tulevien opettajien työssä kuin opettajankoulutuksessa.

Ilmoita halukkuudestasi osallistua keskusteluihin suoraan minulle: sähköpostilla, puhelimitse, tai kasvokkain huhtikuun loppuun mennessä. Suuri kiitos jo etukäteen!!

Ystävällisin ja innostunein terveisin,

Susanna

Tampereella 18.4.2018

Yhteystiedot:

Susanna Lehtonen

lehtonen.m.susanna@student.uta.fi

P. xxx xxxxxxxx